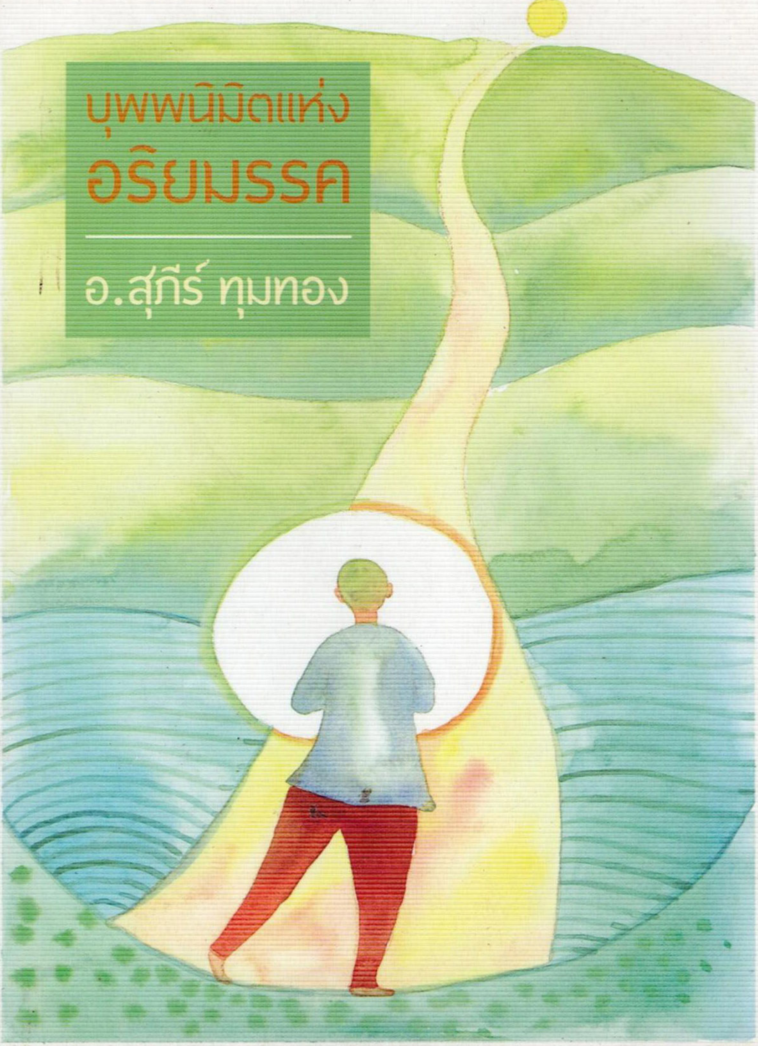
บุพพนิมิตแห่ง อริยมรรค

อ.สุภีร์ ทุมทอง



บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค
อ.สุภีร์ ทุมทอง

บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค

อ. สุภีร์ ทุมทอง

บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค

โดย อ.สุภีร์ ทุมทอง

พิมพ์ครั้งที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๔

อาจารย์สุภีร์ ทุมทอง

จำนวน ๓๕,๐๐๐ เล่ม

ภาพปก / ภาพประกอบ : โกสินทร์ ขาวงาม

แบบปก / รูปเล่ม : จุฑามาศ หวังอายัตวณิชย์

ดำเนินการผลิตโดย มูลนิธิกระต่ายในดวงจันทร์

www.rabbitinthemoon.org

พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วน จำกัด ภาพพิมพ์

www.parbpim.com

ผู้ร่วมสนับสนุนการพิมพ์: ผู้มีจิตศรัทธา

แจกเป็นธรรมทาน ห้ามจำหน่าย

www.ajsupee.com

คำนำ

หนังสือ **'บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค'** นี้ เรียบเรียง จากคำบรรยายในหัวข้อ 'ศึกษาและปฏิบัติธรรม' ที่โชว์รูมเบนซ์ทองหล่อ กรุงเทพฯ นำมาจากการบรรยายครั้งที่ ๑๓ เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๓ เมษายน ๒๕๕๓ เวลา ๐๙.๓๐-๑๑.๐๐ น. คุณชัญญาภัค พงศ์ชยกร และ คุณธนภร ต่อศรี เป็นผู้ถอดเทป ผู้บรรยายได้นำมาปรับปรุงเพิ่มเติมตามสมควร

เนื้อหาที่บรรยายนั้นกล่าวถึง เครื่องหมายที่เกิดขึ้นมาก่อน เป็นนิมิตแสดงให้เห็นว่าจะมีอริยมรรคมีองค์ ๘ เกิดขึ้น ประกอบด้วยเหตุภายในและเหตุภายนอก มีอยู่ ๗ ประการ คือ

*๑) **กัลยาณมิตตตา** ความเป็นผู้มีมิตรดี*

*๒) **สีลสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วยศีล*

*๓) **ฉันทสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วยฉันทะ คือความพอใจ*

*๔) **อัตตสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วยความรู้สึกว่าตัวเรานั้นสามารถฝึกฝนได้*

*๕) **ทิฏฐิสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง*

*๖) **อัปปมาทสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท*

*๗) **โยนิโสมนสิการสัมปทา** ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ*

ขออนุโมทนาผู้ที่เกี่ยวข้องในการทำหนังสือเล่มนี้ และขอขอบคุณญาติธรรมทั้งหลายที่มีเมตตาต่อผู้บรรยายเสมอมา หากมีความผิดพลาดประการใด อันเกิดจากความด้อยสติปัญญาของผู้บรรยาย ก็ขอขมาต่อพระรัตนตรัยและครูบา

อาจารย์ทั้งหลาย และขออโหสิกรรมจากท่านผู้อ่าน
ไว้ ณ ที่นี้ด้วย

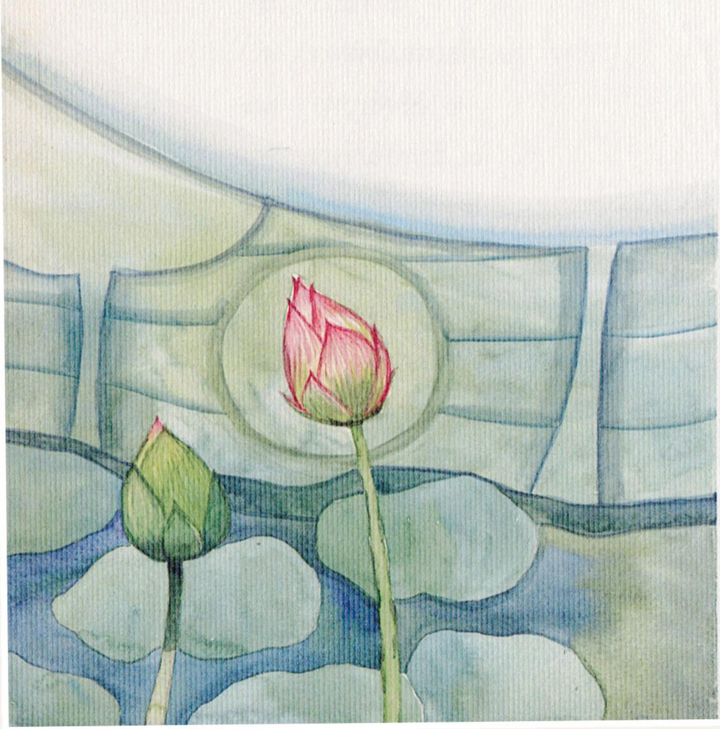
สุภีร์ ทุมทอง
ผู้บรรยาย
๑๖ มีนาคม ๒๕๕๔

สารบัญ

บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค

บรรยายวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๕๓

ที่โชว์รูมเบนซ์ทองหล่อ



ขอนอบน้อมต่อพระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้สนใจในธรรมะทุกท่าน

วันนี้บรรยาย ศึกษาและปฏิบัติธรรมตอนที่ ๑๓ วันนี้จะพูดในหัวข้อ **บุพพนิมิตแห่งอริยมรรค** หรือองค์ธรรมที่เป็นจุดชี้วัด เป็นตัวบ่งบอกว่า อริย มรรคจะเกิดขึ้นได้ ในคราวก่อนๆ ได้พูดถึงเรื่อง อริยมรรคมีองค์ ๘ และวิธีการฝึกฝนให้เกิดขึ้น วันนี้จะพูดถึงบุพพนิมิต เครื่องหมายบ่งบอกว่า อริยมรรคจะเกิดขึ้น เป็นไปเพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น หรือทำให้อริยมรรคที่เคยเกิดขึ้นแล้วนั้นสมบูรณ์ เต็มที่

ท่านอุปมาเหมือนกับว่า เวลาที่ดวงอาทิตย์ จะเกิดขึ้นในตอนเช้า จะมีแสงเงินแสงทองทางด้าน ทิศตะวันออกมาก่อน ถ้ามีแสงขึ้นมาแล้วก็แสดงว่า สักหน่อยดวงอาทิตย์จะโผล่ขึ้นมาอย่างแน่นอนโดย ไม่ต้องสงสัย

ในเรื่องนี้ก็เช่นเดียวกัน เราฝึกฝนปฏิบัติธรรมก็เพื่อให้อริยมรรคเกิดขึ้น เพราะว่าอริยมรรคนั้นเป็นทางสายกลาง เป็นทางสายเอก เป็นทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เป็นทางที่ชำระล้างทุกข์และปัญหาทั้งหมดทั้งปวงได้ นอกจากหนทางนี้แล้วไม่มีหนทางอื่น ทีนี้ตอนนี้หนทางนี้ยังไม่เกิดขึ้น อริยมรรคยังไม่เกิดขึ้น ต้องมีบุพพนิมิตให้เห็นก่อน เราฝึกฝนไปจะได้พิจารณาออกว่า อ๋อ...ที่เราฝึกฝนอยู่นี้ถูกต้องตามวิถีทางที่อริยมรรคจะเกิดขึ้น ท่านจึงเรียกว่าบุพพนิมิต ท่านทั้งหลายฟังแล้วเอาไปพิจารณาดู แล้วนำไปประพฤติปฏิบัติต่อไป

บุพพนิมิตของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรคนั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ ๗ ประการด้วยกัน ผมจะพูดขยายความให้ฟังเท่าที่เวลามีนะครับ

ข้อที่ ๑ กัลยาณมิตตตา ความเป็นผู้มีมิตรดี

ข้อที่ ๒ สีลสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยศีล

ข้อที่ ๓ ฉันทสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยฉันทะ คือความพอใจ

ข้อที่ ๔ อัตตสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความรู้สึกว่าตัวเรานั้นสามารถฝึกฝนได้

ข้อที่ ๕ ทิฏฐิสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง

ข้อที่ ๖ อัปปมาทสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

ข้อที่ ๗ โยนิโสมนสิการสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ

ธรรมะ ๗ อย่างนี้ ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นบุพพนิมิตของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค อุปมาเหมือนกับในฟากฟ้าด้านทิศตะวันออก เวลาที่ดวงอาทิตย์จะเกิดขึ้น จะมีแสงเงินแสงทองเป็นบุพพนิมิตมาก่อน ฉันใดก็ฉันนั้น



ข้อที่ ๑
กัลยาณมิตตา
ความเป็นผู้มีมิตรดี

ข้อนี้ คือ มีสหายดี หรือ มีคนที่รู้จักคุ้นเคยที่ดี เป็นบุคคลที่ไว้วางใจได้ **กัลยาณมิตรของเราทั้งหลายคือพระพุทธเจ้า** คำว่า กัลยาณมิตร นี้ไม่ใช่แบบคำที่เราใช้ทั่วไป เราทั่วๆ ไปอาจจะบอกกันว่า โอ้...คนนี้เป็นกัลยาณมิตร ชักชวนกันไปทำบุญ ชักชวนกันไปฟังธรรม อะไรต่างๆ เหล่านี้ ก็เป็นคำพูดที่เราใช้กันเท่านั้นเอง แต่กัลยาณมิตรที่แท้จริงที่พระพุทธเจ้าทรงหมายเอาในที่นี้ คือตัวพระองค์เองนั่นแหละ พระองค์ตรัสว่า

ดูก่อนอานนท์ อาศัยเราตถาคตผู้เป็นกัลยาณมิตรนี้ สัตว์ทั้งหลายที่มีความเกิดเป็นธรรมดาจะพ้นไปจากความเกิดได้ อาศัยเราตถาคต

ผู้เป็นกัลยาณมิตรนี้ สัตว์ทั้งหลายที่มีความแก่เป็นธรรมดาจะพ้นจากความแก่ได้ อาศัยเราตถาคตผู้เป็นกัลยาณมิตรนี้ สัตว์ทั้งหลายที่มีความตายเป็นธรรมดาจะพ้นจากความตายได้ อาศัยเราตถาคตผู้เป็นกัลยาณมิตรนี้ สัตว์ทั้งหลายที่มีโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสะ เป็นธรรมดาจะพ้นจากโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสะได้ นี้เป็นความหมายของกัลยาณมิตรที่แท้จริง พระพุทธเจ้านั่นแหละเป็นกัลยาณมิตรของเราทั้งหลาย

ผู้ที่เป็นกัลยาณมิตรนี้หมายความว่า **เป็นผู้ที่บอก แนะนำ สั่งสอน ชี้บอกหนทางให้เราถึงความพ้นทุกข์ได้** สัตว์ทั้งหลายมีความเกิดและความตายเป็นธรรมดา อาศัยพระพุทธเจ้าชี้บอกหนทางก็จะพ้นจากความเกิดและความตาย ถ้าอาศัยคนอื่นนั้น ไม่สามารถที่จะทำให้เราพ้นไปได้ ต้องเกิดต้องตายกันไปเรื่อยๆ

สัตว์ทั้งหลายเกิดมาแล้วต้องแก่เป็นธรรมดา มันเป็นกฎธรรมชาติ เป็นไปตามกฎของไตรลักษณ์ เป็นธรรมดาของสังขารอย่างนั้น อาศัยคนอื่นคงทำอะไรไม่ได้ ทำอย่างไรจะไม่แก่ เป็นคำถามที่จนปัญญาตอบเหลือเกิน หาทางออกไม่ได้ อาศัยหมอเก่งๆ อาศัยยาโน่นยานี่ ยาอายุวัฒนะหรือยาอะไรก็ตาม คงจะไม่ได้สมใจปรารถนาเพราะผู้ที่เขาทำยาให้เรา ก็ยังไม่พ้นจากความแก่ไปได้ ตัวเราผู้กินยาก็คงจะต้องแก่เหมือนๆ กับเขานั่นแหละ แต่อาศัยพระพุทธเจ้าผู้เป็นกัลยาณมิตร สัตว์ทั้งหลายที่มีความแก่เป็นธรรมดาจะพ้นจากความแก่

พระพุทธเจ้าเป็นผู้ที่พ้นจากความเกิดแล้ว พ้นจากความแก่แล้ว พ้นจากความตายแล้ว เราอาศัยพระองค์เป็นกัลยาณมิตร ก็สามารถเป็นผู้ที่พ้นจากความเกิด พ้นจากความแก่ พ้นจากความตายได้ เราทั้งหลายเกิดมาแล้ว ก็พากันหลงรัก

ยึดติดสิ่งนั้นบ้างสิ่งนี้บ้างมากมาย เลยมีโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสะ เป็นผลติดตามมา ทุกคนคงมีกันอยู่แล้ว แต่ทีนี้ อาศัยพระพุทธเจ้าผู้ ผู้เป็นกัลยาณมิตร เราจะพ้นจากโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสะ ได้ **พระองค์พ้นแล้ว ก็มาช่วยให้เราพ้นไปได้** นี้คือความหมายของ กัลยาณมิตร

เราทั้งหลายให้มีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณ มิตร ถ้าเรายังหลงเชื่อคนนั้นคนนี้ เชื่อหมอดู เชื่อ หมอเดา เชื่ออาจารย์โน้นอาจารย์นี้ เชื่อดวงดาว นั้นดวงดาวนี้ ยังหวั่นไหวไปทางนั้นทางนี้ ถ้ายัง เป็นอย่างนั้นอยู่ คงจะตายเปล่า

จะต้องวนเวียนกันต่อไปอีกยาวนาน เพราะยังไม่ได้กัลยาณมิตร เรามาฟังธรรมจาก ครูบาอาจารย์ต่างๆ ก็เพื่อให้ได้กัลยาณมิตร คือ พระพุทธเจ้า ไม่ใช่ได้ครูบาอาจารย์เป็นกัลยาณมิตร

หรอก เพราะทุกคนล้วนแต่ไม่แน่ไม่นอน

ฉะนั้นเราฟังแล้วก็เพื่อเอามาฝึกฝนตนเอง จะได้เข้าใจธรรมะของพระพุทธเจ้าได้อ่านได้ศึกษา ได้เข้าใจเพิ่มเติมขึ้น ครูบาอาจารย์ไหนที่สอนเรา ให้นับถือพระพุทธเจ้า ให้ฟังธรรมะของพระพุทธเจ้า ให้ได้เข้าใจคำสอน เราก็นับถือเป็นครูบาอาจารย์นั้นได้ แต่ผู้ที่เป็นกัลยาณมิตรที่แท้จริงนั้น มีคนเดียวคือพระพุทธเจ้า

เราทั้งหลายลองไปสังเกตตัวเองดูว่า ได้บุพพนิมิต ข้อที่ ๑ หรือยัง บางคนบอกว่าเชื่อพระพุทธเจ้า มีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร กราบท่านอยู่เรื่อยเช้าเย็น แต่เวลาคนอื่นพูดก็หวั่นไหวไปตามเขาอยู่เรื่อย ทำพิธีกรรมโน้นพิธีกรรมนี้ ดูฤกษ์งามยามดี มงคลตื่นข่าวอะไรต่างๆ มากมาย แค่หมอดูทักก็หวาดสะดุ้ง บางคนไม่ใช่หมอดู แค่จิ้งจกทักก็สะดุ้งแล้วต้องถามหาวิธีแก้ไขอะไรต่างๆ

พระพุทธเจ้าบอกว่า แบบนั้นวิชาเดรัจฉาน เป็น**เดรัจฉานวิชา** ไม่ให้ไปทำตาม ทำแล้วมีแต่ความหลงงมงาย ขวางความเจริญก้าวหน้าในทางธรรม เรานี้เชื่อเปล่าก็ไม่รู้ เห็นจะทำอะไรที ก็มีฤกษ์งามยามดี พิธีกรรมนั้นพิธีกรรมนี้ จะทำงานมงคลก็หาฤกษ์วันนั้นวันนี้ พอได้ฤกษ์ดีเรียบร้อยแล้ว ก็เอาพระพุทธรูปไปตั้งไว้เป็นประธานเหมือนกันนะ ทั้งๆ ที่พระพุทธเจ้าท่านบอกว่า ฤกษ์ดียามดี ดูดวงดาว หมอดูอะไรต่างๆ เหล่านั้นเป็นเดรัจฉานวิชา อย่าไปทำ เราก็ให้ท่านไปนั่งดูเราทำสิ่งที่ท่านห้าม

เราลองมาพิจารณาจิตตนเองดูความรู้สึกที่จะไปยึดถือสิ่งเหล่านั้นมันลดลงหรือเปล่า ถ้ามันลดลงแล้วทิ้งไปได้ มาเอาแต่คำสอนของพระพุทธเจ้าล้วนๆ เอาแต่วิธีการฝึกฝนเพื่อที่จะให้ถึงความไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ไม่ต้องโสกะ ปริเทวะ

ทุกข์ โทมนัส อุปายาสะ อย่างนี้ก็ได้พระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร มีโอกาสที่อริยมรรคจะเกิดขึ้นได้ ดังนั้น เราศึกษาเรียนรู้อะไรไปเยอะๆ นี้ ไม่ใช่เพื่อจะเชื่อคนนั้นเชื่อคนนี้ แต่เพื่อเอาความเห็นผิดๆ ออกไป เอาความเชื่อผิดๆ ออกไป แล้วก็มานับถือพระพุทธเจ้า ถือเอาแต่สิ่งที่พระพุทธเจ้าสอน

นี่แหละข้อที่ ๑ กัลยาณมิตตตา ความเป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีมิตรที่เชื่อใจได้ ไว้วางใจได้ คนที่เราไว้วางใจได้มีคนเดียวนะคือพระพุทธเจ้า ส่วนคนอื่นนี้ไว้ใจไม่ได้หรอก เพราะไม่แน่ไม่นอน คุ้มดีคุ้มร้าย ต้องไว้ใจพระพุทธเจ้าเท่านั้น



ข้อที่ ๒
สีลสัมปทา
ความถึงพร้อมด้วยศีล

ศีลเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดในการศึกษาและการปฏิบัติธรรม ถ้าคนไม่มีศีลจะพูดถึงการปฏิบัติธรรมขั้นสูงหรือพูด ถึงปัญญาขั้นโน้นขั้นนี้ก็เสียเวลาเปล่า ศีลนี้ท่านอุปมาเหมือนผืนแผ่นดิน คนที่จะทำกิจการงานต่างๆ ได้ ต้องอาศัยผืนแผ่นดินในการกระทำ การปลูกต้นไม้ การทำนา หรือแม้แต่จะเดินไปเดินมา ทำกิจธุระประการต่างๆ เราก็ทำบนแผ่นดิน อาศัยแผ่นดินแล้วจึงทำ ถ้าผืนแผ่นดินดี เหมาะสม การทำกิจการงานนั้นๆ ก็จะเป็นไปได้โดยสะดวก หรือจะปลูกพืช ถ้าดินดี มีแร่ธาตุดี มีปุ๋ยดี ปลูกต้นไม้ก็โตเร็วอะไรทำนองนี้

การที่จิตใจของเราจะเจริญเติบโต งอกงามไปด้วยคุณธรรมต่างๆ มีความกตัญญูกตเวที มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา มีสมาธิ ปัญญา หรือคุณธรรมอื่นๆ ที่เราเคยได้ฟังมานั่นแหละ การจะมีคุณธรรมเหล่านั้นขึ้นมาได้ ต้องอาศัยพื้นฐานก่อน คือศีล คนใดที่ถึงพร้อมด้วยศีล คนนั้นจะสามารถมีคุณธรรมประการอื่นๆ เพิ่มพูนขึ้นมาได้

ถ้าคนไม่มีศีล คุณธรรมอื่นๆ ก็เป็นอันหมดหวัง คงได้เพียงแต่หลอกตัวเองและหลอกกันเองไปวันๆ ฉาบหน้าเอาไว้ให้ดูดี ส่วนภายในนั้นยังคุกรุ่นอยู่ รอเวลาที่จะระเบิดเท่านั้นเอง แต่ถ้าคนใดเป็นผู้มีศีลแล้ว ก็เหมือนกับพื้นแผ่นดินที่ดี คุณธรรมต่างๆ ก็จะเจริญก้าวหน้าขึ้นได้

ศีลหมายถึงสภาวะของจิตที่มีความเป็นปกติ ไม่ถูกความยินดียินร้ายครอบงำ ไม่ถูกทุจริตต่างๆ ครอบงำจนก่อให้เกิดการกระทำที่ผิด

พลาด งดเว้นการกระทำที่ผิดด้านกาย ด้านวาจา ด้านจิตใจ ละทุจริตออกไปได้ ละกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริตได้ จิตใจที่ละสิ่งไม่ดีออกไปได้ เป็นจิตใจที่มีศีล มีความเป็นปกติ ถึงจะยังมีกิเลสอยู่บ้าง ยังมีความไม่ดีอยู่บ้าง ยังต้องฝึกฝนเพื่อละต่อไปอีก แต่อย่างน้อยก็มีศีลเป็นพื้นฐาน คุณธรรมอื่นๆ ก็จะเกิดขึ้นได้ การละกิเลสต่างๆ ก็จะเป็นไปได้

ในตอนต้นๆ นี้ เราไม่ได้ฝึกฝนเพื่อให้ตัวเองเป็นคนดีอะไรมากหรอก ตอนต้นนี้เราฝึกฝนให้ตนเองมีศีลเท่านั้นเอง ศีลนี้เป็นการละของไม่ดี ละบาป ละทุจริตไป ไม่ได้ฝึกฝนให้ตนเองเป็นคนดี แต่ฝึกฝนให้ตัวเองละสิ่งไม่ดีออกไปก่อน เมื่อละสิ่งที่ไม่ดีออกไป **ละทุจริตประการต่างๆ ออกไปแล้ว จึงจะเป็นผู้ที่มีความพร้อม ความดีจะเกิดขึ้นได้**

เราทั้งหลายคงพยายามเป็นคนดีกันมาก

แต่ก็ทำไม่ค่อยได้ เพราะเราไม่ได้ถึงพร้อมด้วยศีล ความชั่ว ความไม่ดี ทุจริตประการต่างๆ เรายังไม่รู้จัก ยังละมันไม่ได้ พอละไม่ได้ คุณความดีต่างๆ ก็เกิดไม่ได้ หรือเกิดขึ้นก็เป็นของปลอมๆ ไม่ใช่ของจริง สมาธิก็ปลอมๆ ปัญญาก็ปลอมๆ

นี้เป็นบุพพนิมิตข้อที่ ๒ ที่จะทำให้เกิดอริยมรรคขึ้น คือ สีลสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยศีล ข้อแรก คือ กัลยาณมิตตตา มีพระพุทธเจ้าเป็นกัลยาณมิตร เชื่อมั่นในปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ฟังคำสั่งสอน แล้วเอามาหัดฝึกฝนให้เกิดศีล ให้เกิดความรู้เท่าทันความคิดความรู้สึกของตนเอง แล้วละเจตนาที่ไม่ดีออกไป ละกายทุจริต วจีทุจริต ละมโนทุจริตออกไป

มโนทุจริตมีอยู่ ๓ อย่าง ข้อที่ ๑ คือ **อภิชฌา** ความเพ่งเล็งอยากได้ของคนอื่นเขา อยากได้ไม่รู้จักพอ นี้ต้องละออกไป จิตไม่มีศีล จะทำให้

เกิดความรู้สึกอยากได้ไม่รู้จักพอสักที ไม่พอใจในสิ่งที่ตนเองมี จิตใจมีความอยากได้อยู่เรื่อยๆ ด้วยอำนาจของตัณหาที่รุนแรง แบบนี้ไม่ต้องพูดถึงคุณธรรมขั้นสูงอะไร เพราะเป็นไปไม่ได้ ต้องรู้จักไม่เพ่งเล็ง ไม่อยากได้เป็นเสียก่อน คือ ไม่อยากได้ไม่อยากมีจนเกินไป ให้รู้จักลดละ พอใจในสิ่งที่ตนเองมี มีความสุขในสิ่งที่ตนเองเป็น

มโนทุจริต ข้อที่ ๒ คือ **พยาบาท** ความขัดเคืองใจ ไม่พอใจ ผูกเวรคนนั้นคนนี้ที่เราไม่ชอบ คิดอยากเอาคืน หาทางแก้แค้น แช่งให้เขาประสบอันตรายหรืออยากให้เขาตายไปเร็วๆ อะไรพวกนี้ การที่ใจยังมีความพยาบาทอยู่ ก็แสดงให้เห็นว่าจิตไม่มีศีล ยังมีความขัดเคืองใจ ยังผูกเวรกับเขา ไม่อาจปล่อยวางลงได้

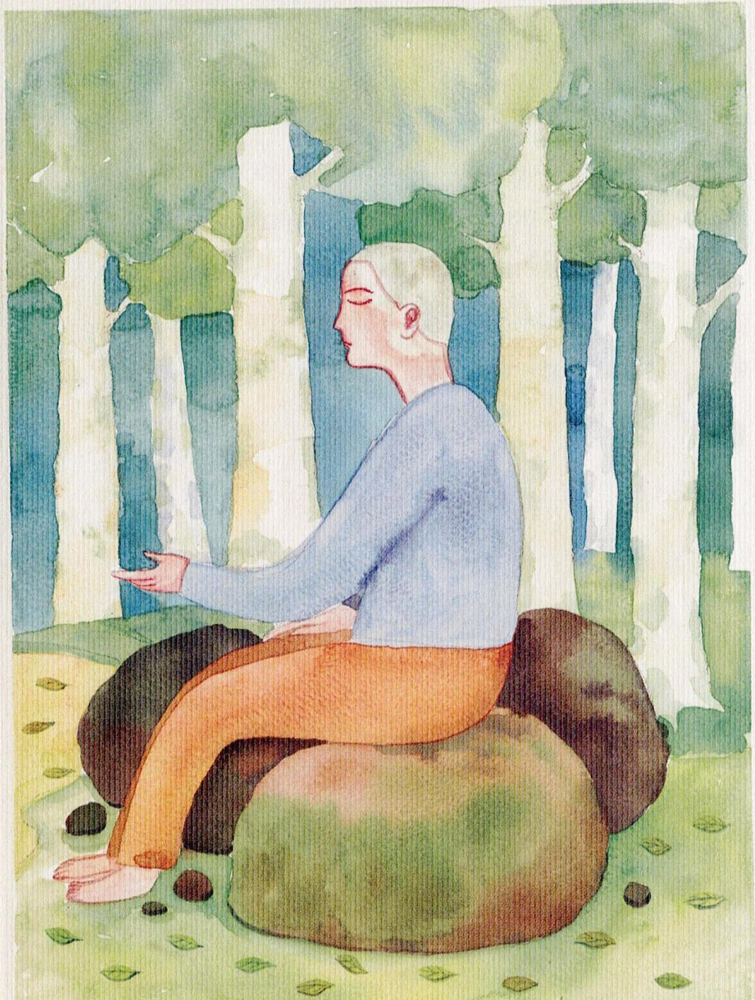
จริงอยู่ว่า เราอาจจะมีความโกรธเกิดขึ้นมาบ้าง หงุดหงิดบ้างไม่พอใจบ้าง ถ้าเกิดขึ้นมาแล้ว

เราไม่ผูกเวรใคร ไม่คิดหาทางแก้แค้นเอาคืน หรือไม่ต้องการเบียดเบียนใคร อย่างนี้ก็ยังใช้ได้ แต่ถ้ามีความรู้สึกที่อยากจะเอาคืน อยากจะทำร้ายคนอื่น เห็นคนอื่นเป็นศัตรูเป็นฝ่ายตรงข้าม ความรู้สึกอย่างนี้ต้องละไป มันเป็นความพยาบาท ความรู้สึกพวกนี้ทำให้จิตไม่ปกติ ไม่มีศีล

มโนทุจริตข้อที่ ๓ คือ **มิจฉาทิฏฐิ** ความเห็นที่ผิดพลาดจากความเป็นจริง ไม่เชื่อมั่นเรื่องกรรมและผลของกรรม ไม่เชื่อเรื่องการเกิดตายวนเวียนไปตามกรรม เชื่อว่ามีผู้มีอำนาจบันดาลอะไรให้ มีมงคลตื่นข่าว ฤกษ์งามยามดีอะไรเยอะอยู่ อย่างนี้ก็ให้ฟังธรรมะ ฟังพระพุทธเจ้าให้เข้าใจว่าอะไรเป็นอะไร อย่างไหนเป็นความเห็นที่ผิด ก็ให้ละไปเสีย

การละทุจริตได้นี่แหละ เรียกว่ามีศีล ละกายทุจริต ๓ ประการ ละการฆ่าสัตว์ ละการลัก

ทรัพย์ ละการประพฤติผิดในกาม ละวจีทุจริต ๔ คือ ละการพูดเท็จ ละการพูดคำหยาบ ละการพูดส่อเสียด ละการพูดเพ้อเจ้อ และละมโนทุจริต ๓ ยังไม่ต้องเป็นคนดีนักก็ได้ แค่ละสิ่งไม่ดีออกไปก่อน พอละสิ่งไม่ดีออกไปแล้ว จิตจะมีพื้นฐานที่ดีเหมือนมีแผ่นดินรองรับ ต่อไปคุณธรรมอื่นๆ จะเกิดขึ้นได้



ข้อที่ ๓
ฉันทสัมปทา
ความถึงพร้อมด้วยฉันทะ

ฉันทะ แปลว่าความพอใจ **ความสุขใจที่ได้กระทำ หรือสุขใจที่ได้มีโอกาสฝึกฝนตนเองให้ดีงามขึ้นกว่าเดิม** ความสุขใจความพอใจในสิ่งทำ พอใจที่จะทำให้ดีขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ เรียกชื่อว่า ฉันทสัมปทา ฉันทะนี้จะแตกต่างจากตัณหา

โดยส่วนใหญ่ เราทั้งหลายจะมีความพอใจตามตัณหา คือ ได้สมใจปรารถนาแล้วจึงพอใจ อย่างนี้เป็นตัณหา แต่ฉันทะนี้มีความพอใจกับสิ่งที่ทำ พอใจกับสิ่งเกิดขึ้น เอาสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นมาเป็นอุปกรณ์ศึกษาเรียนรู้ เป็นจุดตั้งต้นในการพัฒนาตนเองให้ยิ่งขึ้นไป อันนี้เรียกว่า**ฉันทะ** พอใจกับสิ่งที่มันเกิดขึ้น บ้านเมืองเราเป็นอย่างนี้ พอใจไหม

บางคนไม่พอใจ เป็นอย่างนี้ไม่พอใจต้องเป็นอย่างโน้นจึงจะพอใจ อันนั้นมันตามตัณหา แต่ถ้าเป็นฉันทสัมปทา เอาสิ่งที่มันเกิดขึ้นเป็นเครื่องศึกษาเรียนรู้ให้เห็นความจริง พอใจในสิ่งที่ได้ทำ พอใจในการศึกษาเรียนรู้ สิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะดีหรือจะไม่ดี ก็ทำให้เขาเกิดการเรียนรู้ได้

ส่วนคนที่ไม่มีฉันทะ เขาจะไม่ค่อยพอใจอะไร พอใจแป๊บเดียวก็เลิกพอใจแล้ว พอใจตามตัณหามีลักษณะทำนองว่า ได้สมตามปรารถนาแล้วจึงพอใจ ถ้าไม่ได้สมปรารถนาก็จะไม่พอใจ เวลาจะทำอะไรก็นึกถึงผลตอบแทนก่อนจึงทำ ทำแบบมุ่งเอาผลเฉพาะเจาะจงตามใจตนเอง ซึ่งโดยส่วนใหญ่เราจะเป็นอย่างนั้นกัน แบบนั้นก็คงจะวนเวียนกันไปนานมาก

ตอนนี้พูดถึงบุพพนิมิตของการเกิดอริยมรรค คือ ความพอใจในการทำเหตุที่มันถูกต้อง

โดยไม่มีการหวังผล อะไรก็ตามที่เกิดขึ้นก็พร้อมยอมรับ แล้วพยายามฝึกฝนต่อไปไม่หยุด สุขเกิดขึ้นก็พอใจ ทุกข์เกิดขึ้นก็พอใจ เจริญขึ้นก็พอใจ เสื่อมลงก็พอใจ ได้มาก็พอใจ เสียไปก็พอใจ จะได้เอาสิ่งต่างๆ เหล่านั้นมาเป็นเครื่องศึกษาเรียนรู้ให้เห็นว่า สิ่งปรุงแต่งทั้งหลายล้วนแต่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

นั่งสมาธิแล้วจิตไม่สงบ พอใจไหม พอใจสิ เอามันมาศึกษาเรียนรู้ว่า เออ...มันไม่สามารถบังคับบัญชาได้ อยากจะสงบแต่มันก็ไม่สงบ นั่งแล้วสงบพอใจไหม พอใจ นำมาศึกษาเรียนรู้ให้เห็นความไม่แน่นอนได้เหมือนกัน

ส่วนคนไหนที่ยังเป็นไปตามตัณหาอยู่ นั่งสมาธิแล้ว สงบจึงพอใจ ไม่สงบแล้วเครียด อย่างนี้ไม่ต้องพูดถึงการปฏิบัติธรรมให้เกิดปัญญาอะไร ไม่ต้องพูดถึงอริยมรรคมีองค์ ๘ คงจะต้องวนเวียนเข้าๆ ออกๆ กันไปอีกยาวนานเหลือเกิน



ข้อที่ ๔
อัตตสัมปทา
ความถึงพร้อมด้วยความรู้สึกว่า ตัวเรานั้นสามารถฝึกฝนได้

คำว่า อัตตะ คือ ตัวเรา ตัวตนนี่แหละ เป็นคำเรียกขันธ์ทั้ง ๕ ที่ประชุมรวมกัน ทีนี้ อัตตา ตัวตนจริงๆ นี้มันไม่มีจริงหรอก เป็นคำสมมติเรียก เรียกกายกับใจ รูปกับนาม ที่ประชุมรวมกันขึ้น เวลาฝึกฝนนี้เราฝึกกันที่จิต อัตตะคำนี้หมายถึงจิต อัตตสัมปทา คือ ความถึงพร้อมด้วยความรู้สึกว่า คนเรานั้นสามารถฝึกฝนได้ **ความเชื่อมั่นว่าจิตเป็นสิ่งที่สามารถฝึกฝนพัฒนาได้**

เป็นผู้มีความเชื่อมั่นในตนเองว่า แต่เดิมเป็นคนมีทุกข์มาก ฝึกฝนให้มีทุกข์น้อยลงจนกระทั่งพ้นทุกข์ได้ แต่เดิมนั้นยังมีกิเลสมากอยู่ สามารถฝึกฝนให้รู้เท่าทันแล้วละกิเลสให้หมดไปได้

แต่เดิมนั้นหลงเยอะอยู่ ก็สามารถฝึกฝนให้มีความรู้ตัวละความหลงไปได้ นี้เรียกว่าอัตตสัมปทา

ถ้าพูดภาษาสมัยใหม่ ก็เป็นความเชื่อมั่นในตนเองว่า เราสามารถฝึกฝนได้ เราสามารถทำได้ เราสามารถหมดกิเลสได้ เหมือนกับที่พระพุทธเจ้าและเหล่าอริยสาวกได้ทำเป็นตัวอย่างแล้ว แต่คำว่าความเชื่อมั่นในตัวเอง ในแบบสมัยใหม่ อาจจะเป็นลักษณะมีมานะสำคัญตนอะไรไป แต่นี่ไม่ใช่ เป็นการรู้จักตนเองตามที่เป็นจริงว่า เราสามารถฝึกฝนได้ **จิตนี้สามารถฝึกฝนได้ เพราะจิตนั้นไม่ได้เศร้าหมองมาแต่เดิม** จิตนั้นโดยธรรมชาติเป็นของสะอาดผ่องใส แต่เศร้าหมองเพราะอุปกิเลสที่จรมาภายหลัง ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า *จิตนี้มีธรรมชาติประภัสสร แต่เศร้าหมองด้วยอำนาจอุปกิเลสที่จรมา พวกปุถุชนที่ไม่ได้สดับ ไม่รู้ข้อเท็จจริงอันนี้ เขาไม่ได้ฝึกจิต ฝึกจิตไม่เป็น ไม่มีจิตตภาวนา*

และว่า จิตนี้มีธรรมชาติประภัสสร และจิตได้พ้นจากอุปกิเลสที่จรเข้ามา อริยสาวกผู้ได้สดับรู้ข้อเท็จจริงอันนี้ เขาจึงมีจิตตภาวนา มีการฝึกฝนด้านจิตได้

ความรู้ว่า จิตนั้นสามารถฝึกฝนได้สามารถป้องกันไม่ให้มีอุปกิเลสเข้าครอบงำ ทำให้พ้นจากกิเลส ให้ขาวสะอาด ผ่องใส เบิกบาน สามารถฝึกให้เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา สามารถเห็นความจริงแล้วหลุดพ้นได้ มั่นใจอย่างนี้

จากจิตที่ยังหวั่นไหว ซัดส่าย สามารถฝึกให้เป็นจิตที่ปกติ ปกติได้ด้วยศีล **อาศัยศีลนั้นทำให้จิตมีความเป็นปกติ** ไม่เร่าร้อน วุ่นวาย ไม่หลงไปทำทุจริตต่างๆ ฝึกให้จิตตั้งมั่น **อาศัยสมาธิทำให้จิตตั้งมั่นได้** เป็นจิตใจที่มีความเบิกบาน ผ่องใสปราศจากนิวรณ์ ฝึกให้จิตมีปัญญา **อาศัยปัญญาเห็นความจริงแล้ว จิตก็หลุดพ้นไปจากสิ่งทั้งปวง**

ได้ จิตสามารถฝึกฝนได้อย่างนี้

ท่านทั้งหลายเป็นยังไงกันบ้าง ได้เห็นจิตใจตนเองหรือยัง หรือยังรวบรัดเป็นตัวตนอยู่อย่างนั้น ต้องหัดแยกแยะให้เป็น รูปเป็นสักแต่ว่ารูป เวทนาเป็นสักแต่ว่าเวทนา สัญญาเป็นสักแต่ว่าสัญญา สังขารเป็นสักแต่ว่าสังขาร วิญญาณหรือจิตก็เป็นสักแต่ว่าวิญญาณ เวทนา สัญญา สังขาร เหล่านี้เป็นสิ่งที่ปรุงแต่งจิต ไม่ใช่จิต เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาเป็นคราวๆ แล้วก็เปลี่ยนไป อย่าไปหลงเชื่อมันมาก ต้องฝึกฝนให้เข้าใจความจริงอันนี้ จิตนั้นมันไม่ได้เศร้าหมองมาแต่เดิม มันไม่ได้มีกิเลสมาแต่เดิม มันไม่ได้ทุกข์มาแต่เดิม มันไม่ได้ผิดศีลมาแต่เดิม มันไม่ได้ขาดสมาธิมาแต่เดิม ที่มันเศร้าหมองเพราะอุปกิเลสมันจรเข้ามาเป็นครั้งๆ มาแล้วก็ไป ถ้าใครรู้ข้อเท็จจริงอันนี้ ก็จะฝึกฝนให้เห็นความจริงได้ ฝึกฝนให้เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญาได้

ท่านทั้งหลายเชื่อมั่นไหมว่า เราสามารถฝึกฝนได้ ฝึกฝนให้เกิดศีลแล้วจะละทุจริตได้ ฝึกฝนให้เกิดสมาธิ จิตมีความตั้งมั่นแล้ว อาการของการขาดสมาธิหรือนิวรณ์ต่างๆ ก็จะหมดไป ความยินดียินร้าย ความง่วงเหงา เศร้าซึม หดหู่ ท้อแท้ ฟุ้งซ่านรำคาญใจจะหมดไป ฝึกฝนให้เกิดปัญญาเข้าใจความจริง จะละความเห็นผิด ละความยึดมั่นถือมั่น จนกระทั่งเป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวงได้ นี่ฝึกได้ขนาดนั้น **จิตนี้มันสามารถที่จะฝึกฝน จนกระทั่งหมดกิเลสได้ เป็นจิตที่หลุดพ้น เป็นอิสระได้**

ใครเป็นผู้หลุดพ้นล่ะ จิตเป็นผู้หลุดพ้น หลุดพ้นได้เพราะอะไร อะไรช่วยให้จิตหลุดพ้น **ปัญญาช่วยให้หลุดพ้น** ปัญญาเปรียบเหมือนกับมีดตัดเครื่องผูกต่างๆ ที่มัดจิตอยู่ ปัญญาตัดมันขาดไป จิตก็เป็นอิสระ หลุดพ้นไป

สรุปว่า จิตนี้สามารถฝึกได้ เมื่อฝึกฝนแล้วก็จะได้ที่พึ่งที่ได้แสนยาก ผู้ที่ทำหน้าที่ฝึกฝนเป็นนายสารถี คือ พระพุทธเจ้า ส่วนเราทั้งหลายเป็นผู้ถูกฝึก เราฟังแล้วก็เอามาฝึกฝน จากเดิมเป็นคนมีทุกข์มาก จะได้เป็นผู้มีทุกข์น้อยลง แต่เดิมเป็นพวกขาดสติ มีความหลงลืม มีกิเลสมาก ก็จะเป็นพวกมีสติ ไม่หลงลืม กิเลสลดน้อยลงไปตามลำดับ ในการฝึกฝนนี้เราต้องฝึกฝนเอาเอง จะไปหวังให้คนอื่นเป็นที่พึ่งนี้ย่อมเป็นไปไม่ได้ พระพุทธเจ้าตรัสว่า

ตนนั่นแหละเป็นที่พึ่งของตน
คนอื่นใครเล่าจะเป็นที่พึ่งให้เราได้
บุคคลมีตนที่ฝึกฝนดีแล้ว
ย่อมได้ที่พึ่งที่ได้ยากแสนยาก

ตนคือตัวเรา จิตเรานั่นแหละ เป็นที่พึ่งของตัวเอง คนอื่นใครเล่าจะเป็นที่พึ่งให้เราได้ คนอื่นที่จะเป็นที่พึ่งให้เราได้จริงมันไม่มี **จิตมันยังไม่มีที่พึ่ง**

จะไปมัววิ่งหาที่พึ่งจากภายนอกนั้นมันไม่ได้ ต้องฝึกฝนตัวจิตนั่นแหละ พระพุทธเจ้าจึงว่า *บุคคลมีตนที่ฝึกฝนดีแล้ว* มีจิตที่ได้ฝึกฝนดีแล้วนั่นแหละ ฝึกให้เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา *จะได้ที่พึ่งที่ได้แสนยาก*

แต่เดิมหลงชอบ หลงชัง งัวเงีย วนเวียน หดหู่ ท้อแท้ ฟุ้งซ่าน งุนงง สงสัย ก็ฝึกฝนให้พ้นจากอาการพวกนี้ได้ แต่เดิมเห็นอะไรก็ยึดมั่นถือมั่น หลงผิดว่าตัวเราว่าของเราเยอะแยะมากมาย จนก่อให้เกิดการกระทำ คำพูด ความคิด ที่มันผิดพลาด อย่างที่เราพูดๆ กันอยู่นั่นแหละ ของเราๆ ทั้งนั้นเลยใช่ไหม นั่น เสื้อของเรา นั่น สามีของเรา นั่น รถยนต์ของเรา นั่น บ้านของเรา ชี้ไป โน่น ตึกของเรานะ โชว์กันใหญ่ มันหลับตาพูด ละเมอพูด พูดไปอย่างนั้นแหละ มีของเขารึเปล่า ไม่มีหรอก ของเราก็ไม่มี **ขนาดตัวเรานี้ยังไม่ใช่ของเราเลย**

แล้วสิ่งอื่นภายนอก จะเป็นของเรานั้นย่อมเป็นไปไม่ได้ ละเมอพูดไปเท่านั้นเอง จิตไม่ได้ฝึกฝนไม่ได้เห็นความจริง ละความเห็นผิดไม่ได้ มันก็เลยวนเวียนกันไปอย่างนั้น แต่เราสามารถฝึกฝนให้มันฉลาดขึ้นได้ จะได้ทำ จะได้พูด จะได้คิดแบบคนฉลาดๆ

พระพุทธเจ้านั้นเป็นนายสารถีฝึกบุรุษที่ยอดเยี่ยมที่สุดแล้ว ตามพระพุทธคุณที่ว่า *อนุตฺตโร ปุริสทัมมสารถิ เป็นนายสารถีที่ฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า* ตัว ปุริสทัมมะ บุรุษที่สมควรฝึกได้ คือ เราทั้งหลายนี่แหละ ฝึกแล้วจะได้ที่พึ่ง



อ.สุภีร์ ทุมทอง



ข้อที่ ๕
ทิฏฐิสัมปทา
ความถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง

ความเห็นที่ถูกต้องนั้นมีตั้งแต่ขั้นโลกียะ ขั้นโลกๆ ทั่วไป เป็นสัมมาทิฏฐิขั้นพื้นฐาน จนได้มีศรัทธาในคำสอนของพระพุทธเจ้า เชื่อมั่นเรื่องกรรมและผลของกรรม จนกระทั่งถึงมีความเห็นที่ถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริง นี้เรียกว่าทิฏฐิสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง คำว่าความเห็นที่ถูกต้องนี้ ถูกต้องกับอะไร **ถูกต้องกับความเป็นจริงนั่นแหละ จึงเรียกว่าถูกต้อง**

ถ้ายังมีความเห็นชนิดที่ยึดถืออยู่ แล้วก็ทำเพราะเชื่อตามๆ เขาไป เขาบอกว่าดีก็ดีตามเขาไป เขาบอกว่าไม่ดีก็ไม่ดีตามเขาไป ยังไม่เรียกว่าทิฏฐิสัมปทา แต่เมื่อใดที่มีความเห็นสอดคล้องกับหลัก

สัจธรรม จึงเป็นทิฏฐิสัมปทา

ทาน การให้ นี้มันเป็นเรื่องสมควร เพราะสิ่งต่างๆ ในโลกนั้นไม่ใช่ของเรา เราแค่มาอาศัยเท่านั้นเอง เมื่อเราได้มาแล้วก็ต้องให้ไป จะมายึดถือเอาไว้คนเดียวได้ไหม เราหาเงินเอามาไว้ใช้ หาเงินมาแล้วเอาเก็บไว้ในธนาคารคนเดียวได้หรือเปล่า

เรามาในโลกนี้ มันไม่มีอะไรที่เป็นของเรา ดังนั้น ได้มาแล้วก็ต้องมีการให้ไป **การให้จึงเป็นเรื่องสมควร** เป็นเรื่องถูกต้อง ถูกต้องกับกฎเกณฑ์ของโลก ถูกต้องกับหลักความจริง อย่างนี้เรียกว่ามีความเห็นถูกต้อง

บางคนไม่เข้าใจตรงนี้ พอไม่เข้าใจตรงนี้ก็ต้องอาศัยกิเลสมาล่อใจตัวเอง เธอให้ทานนะ เธอจะได้บุญเยอะๆ จะได้ไปเกิดดาวดึงส์ ทำบุญหยอดตู้เสียหน่อยหนึ่ง แล้วก็จะได้ไปดาวดึงส์กับเขา

อย่างนี้พวกงมงาย อยากได้บุญอย่างโน้นอย่างนี้ ต้องเอาบุญมาล่อจึงจะให้ เป็นการเมาบุญกันไป

ผู้ที่มีความเห็นถูกต้องแล้ว ต้องเอาอะไรมาล่อไหม ไม่ต้อง เพราะความเห็นถูก ถูกกับอะไร ถูกกับความจริง ความจริงคือสิ่งต่างๆ มันไม่ใช่ของเรา ได้มาแล้ว ไม่ใช้แล้ว มีมากเกินจำเป็นแล้วก็ควรให้ไป มีมากก็ควรให้มาก มีน้อยก็ควรให้น้อย อะไรที่ยังให้ไม่ได้ก็ยังไม่ได้ให้ อะไรที่ให้ได้ก็ได้ให้ มันเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ได้ผิดปกติอะไร

เราเกิดมามีชีวิตอยู่ในโลกนี้ สมควรจะกราบไหว้คนอื่น บูชาคนอื่น ก็เป็นเรื่องสมควรเป็นเรื่องถูกต้อง อย่างบูชาพระพุทธเจ้าสมควรบูชาไหม เป็นเรื่องสมควร เราบูชา กราบไหว้ นอบน้อม ไม่จำเป็นต้องหลอกตัวเองว่า ต้องกราบพระพุทธเจ้านะ ไม่อย่างนั้นแล้ว พระพุทธเจ้าจะหักคอเอา หรือ กราบพระพุทธเจ้าจะได้บุญ ไม่ต้องหลอกตัวเอง

ขนาดนั้น เพราะความจริงเราทั้งหลายไม่ได้เป็นคนใหญ่โตอะไร เกิดมาก็ต้องอาศัยคนอื่นๆ ในการดำรงอยู่ อาศัยพ่อ อาศัยแม่ อาศัยครูบาอาจารย์ อาศัยคนนั้นคนนี้ จนเติบโตขึ้นมา อาศัยผืนแผ่นดินไทย อาศัยบริษัท จึงได้มีที่ทำมาหากิน มีที่ปลูกบ้าน จนกระทั่งอาศัยพระพุทธเจ้าได้ฟังธรรมะ จึงได้เข้าใจความจริงขึ้นมาบ้าง

เรามาในโลก อาศัยคนนั้นบ้างคนนี้บ้าง เขามีบุญคุณกับเรา เราก็บูชาคุณ กราบไหว้ นับถือ สมควรไหม สมควรอย่างมาก ดังนั้น การมีความเห็นที่ถูกต้อง จึงเห็นว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นเรื่องธรรมดา พ่อแม่มีบุญคุณกับเรา เลี้ยงดูเรามา เราไม่ได้ใหญ่โตนี่ ท่านดูแลเรามา เราก็บูชาท่าน เลี้ยงดูท่านตอบนะ ครูบาอาจารย์ท่านมีบุญคุณ เราก็นึกถึงคุณท่าน พระมหากษัตริย์มีบุญคุณ เราก็นึกถึงบุญคุณท่าน แผ่นดินมีบุญคุณ เราก็นึกถึงบุญคุณ

แผ่นดิน **เพราะเราไม่ได้ใหญ่โตอะไร อาศัยสิ่งต่างๆ เหล่านี้ทำให้มีชีวิตรอด** เราอยากจะไหว้ต้นไม้เราก็ไหว้ได้ เพราะต้นไม้ก็ให้ออกซิเจนแก่เรา ให้ความร่มเย็นแก่เรา เราไหว้ต้นไม้ที่ให้ออกซิเจน ไม่ต้องบอกว่าผ่านต้นไม้นี้แล้วต้องไหว้นะ เพราะไม่อย่างนั้นแล้วผีจะหักคอ ไม่ต้องอย่างนั้น

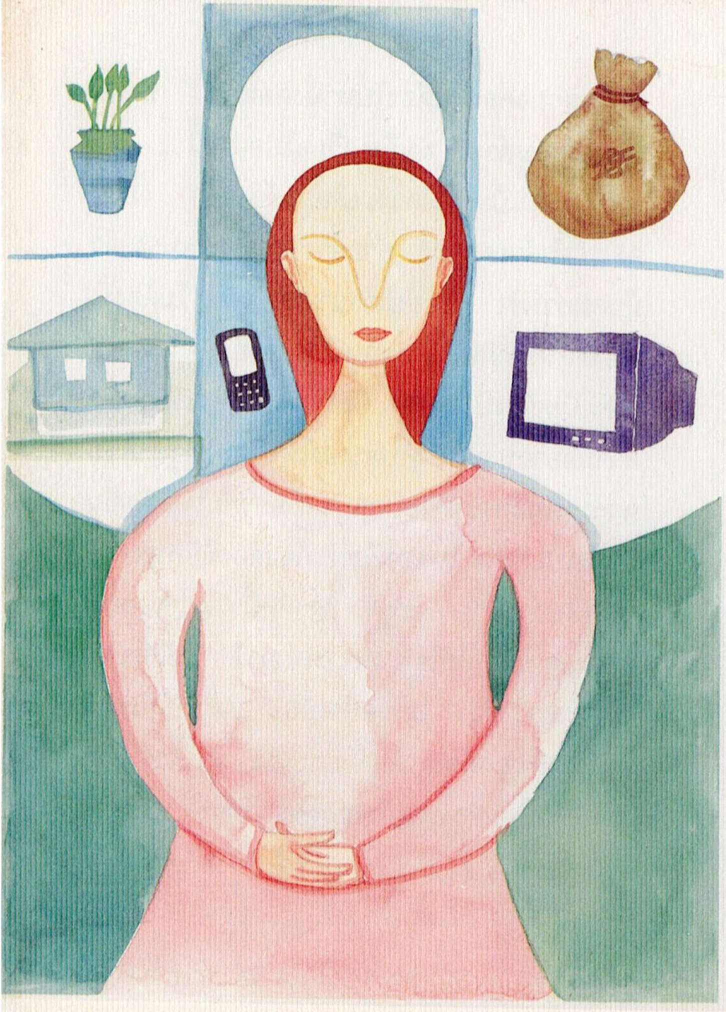
ถ้ามีความเห็นที่ถูกต้องแล้ว การเคารพ การบูชา การนับถือคนที่ควรนับถือ ก็เป็นเรื่องธรรมดาๆ ไม่ต้องอิงอาศัยความเห็นที่ผิดๆ ไม่ต้องอาศัยความงมงายอะไร หรือไม่ต้องอาศัยผลบุญมาล่อแบบยื่นหมูยื่นแมวอะไร จนกระทั่ง**มีความเชื่อมั่นเรื่องกรรมและผลของกรรม เห็นว่าสัตว์ทั้งหลาย เป็นไปตามกรรมของตน กรรมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้เลวและประณีตแตกต่างกันไป** ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่มีความเห็นที่ถูกต้อง เห็นสอดคล้องกับความเป็นจริง

นี่แหละข้อที่ ๕ เรียกว่าทิฏฐิสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง ถ้ายังเห็นไม่ถูกต้องก็ให้ฟังธรรม แล้วเอาไปพิจารณาหัดฝึกฝนถ้าอยากจะรู้ว่า ได้มีบุพพนิมิตแห่งอริยมรรคบ้างหรือยัง ก็ดูว่าความเห็นถูกต้องขึ้นไหม การกระทำอะไรต่างๆ กระทำไปด้วยความอิสระไหม กระทำตามปัญญาไหม ถ้ายังกระทำเพราะเชื่อคนอื่นอยู่ เธอต้องทำพิธีอย่างนี้นะจึงจะดี อย่างนี้จึงจะถูก ถ้าถูกตามเขาอยู่อย่างนี้ ก็ไม่ได้เรื่องอะไร

ส่วนใหญ่เราทั้งหลายทำอะไรต่างๆ ตามคนอื่นเขาไปทั้งนั้น แต่งงาน ต้องดูฤกษ์ดูยามให้ดีนะ ฤกษ์ดี ยามดี วันนี้นะ ชีวิตคู่ของเธอจึงจะอยู่ได้ตลอดรอดฝั่ง อยู่ได้อย่างเป็นสุข ทีนี้ ทุกคู่เขาก็ดูฤกษ์ดูยามกันทุกคู่แหละ แล้วเป็นยังไงบ้าง แต่งงานไปแล้ว โอ้...อย่าให้พูดเลย อย่างนี้ไปเชื่อคนอื่นเขา เวลานั้นเวลานี้เป็นมงคล เขาว่าอย่างนี้ **ตัวเรา**

นี้เป็นอวมงคลตั้งแต่จะไปหามงคลแล้ว มงคล ๓๘ ไม่ยอมทำเอา มันก็วนเวียนไปอย่างนี้

ถ้าเป็นผู้ที่มีความเห็นถูกต้องแล้ว จะทำอะไรก็ทำด้วยความรู้ ทำอย่างอิสระ ทำเพราะว่ามันสมควรทำ ไม่ต้องมีอำนาจมาบังคับ ไม่ต้องมีเรื่องขลังศักดิ์สิทธิ์ ไม่ต้องมีเรื่องได้บุญ ไม่ต้องมีเรื่องโน้นเรื่องนี้ มาบีบบังคับตัวเอง ไม่ต้องเอาความอยากมาบีบบังคับตนเองให้ทำ **เราทำด้วยความเป็นอิสระ ด้วยปัญญา** เมื่ออริยมรรคเกิดขึ้นจิตจะเป็นอิสระ ในตอนฝึกฝนก็จะต้องมีอิสระมากขึ้น ในการทำ การพูด การคิดนี้ ไม่ใช่ทำตามคนอื่นเขาไป ไม่ใช่ทำเพราะเขาว่าดี ไม่ใช่ไม่ทำเพราะเขาว่าชั่ว ไม่ใช่อย่างนั้น แต่เรามีปัญญามีความเห็นถูกต้อง เห็นด้วยตนเอง สิ่งนี้ไม่ดีเราก็ละไป สิ่งนี้ถูกต้องสมเหตุสมผลเราก็ทำ



ข้อที่ ๖
อัปปมาทสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

อัปปมาทธรรม ธรรมะคือความไม่ประมาทนี้เป็นธรรมะที่สำคัญมาก เพราะถ้าเราประมาทแล้วธรรมะอันอื่นๆ ก็จะไม่ได้รับการเหลียวแล ไม่ได้รับการศึกษา

ถ้าประมาทเพียงอย่างเดียว ธรรมะอื่นๆ ก็หายไปทั้งหมดนั่นแหละ ท่านมาฟังธรรมะ ฟังผมบรรยายไป ฟังแล้ว โอ้...เข้าใจ แต่ประมาทไปเลินเล่อไป ลืมตาย ไม่เอาไปพินิจพิจารณา ไม่เอาไปปฏิบัติ ไม่เอาไปฝึกฝน ได้ผลไหม ไม่ได้ผลอะไรเลย ท่านมาฟังก็เสียเวลาเปล่า ผมพูดก็เหนื่อยคอเปล่าๆ เสียประโยชน์กันไป มีความประมาทเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ประโยชน์ที่ควรจะได้ มันก็

หายไปหมด

ถ้าเราฝึกฝนโดยถูกต้องมีความไม่ประมาท เกิดขึ้นมาบ่อยๆ ในจิตนั่นแหละ จึงจะเรียกว่าเป็นผู้มีบุพพนิมิตแห่งอริยมรรค **ความไม่ประมาท คือ การไม่อยู่โดยปราศจากสติ ความมีสติอยู่เสมอ ไม่หลงลืม ไม่ประมาทมัวเมา ไม่เลินเล่อไป เป็นคนเห็นคุณค่าของเวลา มีอะไรเกิดขึ้นแล้วก็ ไม่หลงใหลไปตามสิ่งต่างๆ เหล่านั้น**

ตอนนี้ร่างกายท่านยังดีอยู่ ยังแข็งแรงดีอยู่ ท่านประมาทไป มัวเพลินสบายใจไป ลืมว่าเดี๋ยวสักหน่อยจะป่วย อันนี้ประมาทมัวเมาในร่างกายแล้ว

ตอนนี้เงินเยอะอยู่ มัวเพลินไป ลืมว่ามันไม่แน่ ต่อไปอาจจะเสียเงิน มีเหตุให้หมดเงินไปก็ได้ อันนี้ประมาทมัวเมาในเงินไปแล้ว

ตอนนี้สามียังดีอยู่ ยังเอาใจเรา ทำตามใจเรา มัวเพลินไป ลืมนึกไปว่าเดี๋ยวสักหน่อยเขาจะ

ทิ้งเราไป ไปมีเมียน้อยหรือตายไป หรือไม่ทำตามใจเราแล้ว นี่ก็ประมาทมัวเมาในสามี

ตอนนี้อายุยังน้อยอยู่ ยังทำโน่นทำนี่ไหว มัวเพลินไป ลืมนึกไปว่าต่อไปจะแก่ ต้องเจ็บออดๆ แอดๆ แล้วต่อไปจะตาย อันนี้ประมาทในวัย

เราทั้งหลายมีเรื่องประมาทเยอะแยะ แม้แต่การพูดคุยเรื่องคนนั้นคนนี้ อ่านหนังสือพิมพ์ สภากาแฟ คุยไปคุยมา เมามัน ถกเถียงกันเอาเป็นเอาตาย ลืมตายแล้ว **ลืมว่าตัวเองและคนอื่นจะต้องตาย** เอาอะไรไปด้วยไม่ได้สักอย่างเดียว มานั่งเถียงกันจะตายแล้ว มันจะมีประโยชน์อะไรเล่า อันนี้เรียกว่าประมาท อ่านเรื่องซุบซิบดารา ดาราคนนั้นเป็นอย่างนี้ คนนี้เป็นอย่างนั้น เรื่องโน้นเรื่องนี้ ตัวเองลืมตายแล้ว อันนี้ก็ประมาท

เหตุที่ทำให้เราประมาทนี้มีเยอะเหลือเกิน สิ่งที่ให้เราหลงลืมตนเอง ขาดสติ มัวเมา เพลิดเพลิน

สนุกสนาน ลืมแก่ ลืมเจ็บ ลืมตาย **ลืมความไม่แน่ไม่นอน** ลืมว่าเราจะต้องจากโลกนี้ไป ลืมไปว่าไม่มีอะไรเป็นของของเราสักอย่างเดียว ลืมไปว่าสิ่งต่างๆ มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ มันไม่ใช่ของเรา ไม่มีใครเป็นเจ้าของครอบครองมันได้ การที่เราหลงลืมไปเรียกว่าประมาท

เราต้องฝึกฝนให้มีความไม่ประมาทขึ้น ถ้าร่างกายเรายังดีอยู่ ก็ต้องมีสติสัมปชัญญะ มีความรู้ตัว ไม่ประมาท นึกขึ้นมาได้ว่า ตอนนี้สบายอยู่ ต่อไปไม่สบายก็ได้ เราจะได้เร่งฝึกฝนให้มีสติ มีปัญญา เห็นความจริง จนละความเห็นผิดและความยึดมั่นถือมั่นในร่างกายไป ตอนนี้ยังหนุ่มอยู่ ต่อไปจะต้องแก่ ตอนนี้มีคนชมอยู่ สักหน่อยจะต้องถูกด่าถูกนินทา เราต้องฝึกฝนไว้ ไม่ประมาทอยู่เสมอ

นี้เป็นธรรมะข้อที่ใหญ่ที่สุดในคำสอนของ

พระพุทธเจ้า ตอนที่พระพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพานก็ฝากธรรมะข้อนี้เอาไว้ เพราะเมื่อมีความไม่ประมาท ธรรมะอื่นๆ ก็จะได้รับการดูแล ได้รับการฝึกฝน ได้รับการนำไปประพฤติปฏิบัติทำให้มีขึ้น ให้งอกงามขึ้นได้ **ธรรมะอื่นๆ ก็จะรวมลงในความไม่ประมาทนี้**

พระองค์อุปมาเหมือนกับว่า ในบรรดารอยเท้าของสัตว์บก รอยเท้าช้างนั้นใหญ่ที่สุด รอยเท้าของสัตว์อื่นๆ ก็รวมลงในรอยเท้าช้างอันนี้เอง เหมือนกับความไม่ประมาท เมื่อมีความไม่ประมาท ไม่หลงลืม ไม่เลินเล่อ ไม่ลืมตัว ไม่มัวเมาแล้ว ธรรมะอื่นๆ หิริ โอตตัปปะ ศีล สมาธิ ปัญญา สมถะ วิปัสสนา ก็จะมารวมลงในนี้

ใน**ปัจฉิมโอวาท** พระองค์ได้สอนธรรมะหัวข้อสุดท้ายฝากเอาไว้ว่า

วยธมฺมา สงฺขารา สังขารทั้งหลายทั้งปวง

มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา สิ่งปรุงแต่งทั้งหลายนั้นเป็นของไม่แน่ไม่นอน เป็นของที่ต้องเสื่อมไปเป็นธรรมดา ธรรมชาติของสังขารทั้งหลายนั้นเป็น *วยธมฺมา* คือ มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา

อปฺปมาเทน สมฺปาเทถ เธอทั้งหลาย จงทำกิจทุกอย่างให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด ตัวความไม่ประมาทนี้ เป็นเครื่องมือที่สำคัญมาก ถ้ามีความไม่ประมาท มีสติ มีความรู้ตัว มีความระลึกรู้ พิจารณาดูกายดูใจอยู่เสมอ ไม่หลงลืมไป เห็นความแปรปรวน เห็นความไม่แน่ไม่นอนของสิ่งต่างๆ อยู่เสมอ คุณธรรมต่างๆ ก็จะเจริญก้าวหน้าได้ ถ้าหากคุณธรรมใดยังไม่มีในตน ก็จะได้รีบขวนขวาย ศึกษาเรียนรู้ ฝึกฝนปฏิบัติให้มีขึ้น แต่หากหลงลืม มัวแต่ประมาทไปแล้ว ก็จะไม่ได้รีบขวนขวายทำในกิจที่ควรทำ

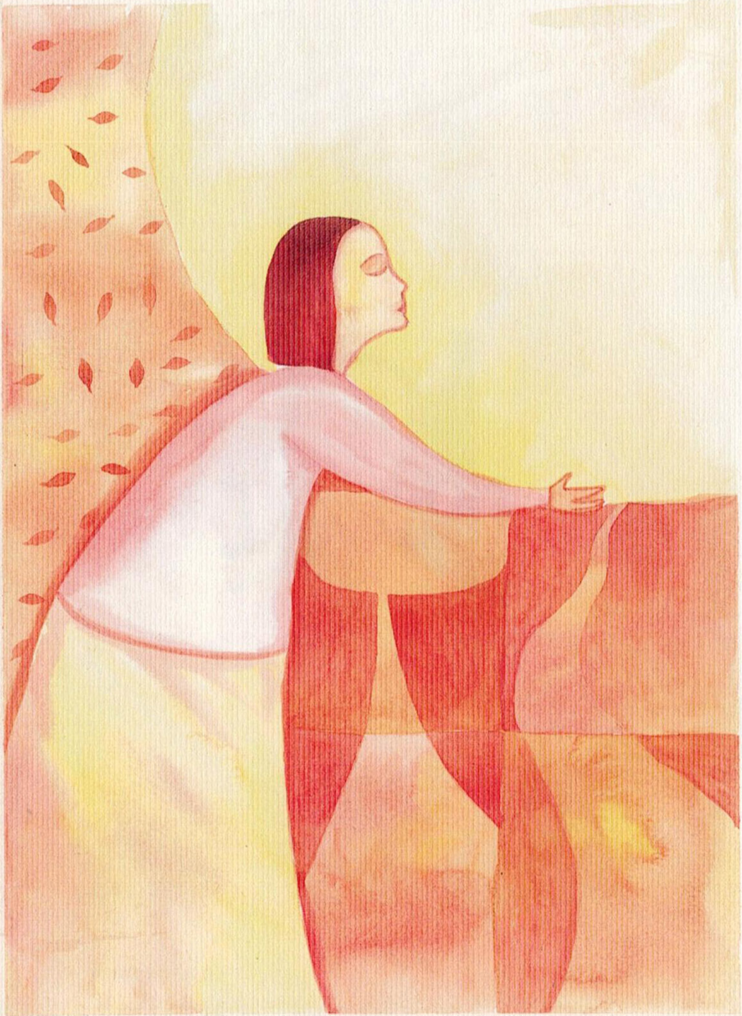
ท่านทั้งหลายก็ลองสังเกตดูตัวเองนะ เป็นยังไงบ้าง ตื่นเช้าขึ้นมานี่ ลืมตายไปแล้วหรือยัง ส่วนใหญ่พากันวิ่งวุ่นหานั่นหานี่ เที่ยวรู้เรื่องความเป็นไปของคนอื่น เที่ยวรู้ความเป็นไปของบ้านเมือง หาหนังสือพิมพ์มาอ่าน ติดตามข่าว ติดตามเรื่องนั้นเรื่องนี้ เพลิดเพลินไปแล้ว ลืมตัวเองไปแล้ว ลืมไปว่า โอ้...เราเอาอะไรไปด้วยไม่ได้สักอย่าง

ดังนั้น **ต้องมีสติ** มีสัมปชัญญะไว้ให้มากๆ ไม่ประมาทไว้ พิจารณาดูกายดูใจตนเองไว้ มองให้เห็นถึงความไม่แน่ไม่นอนของสิ่งต่างๆ เราจะได้ไม่ประมาท ตอนนี้ยังดีอยู่ อย่าประมาท ต่อไปมันอาจจะไม่ดี ตอนนี้มีเงินอยู่ อย่าประมาท ต่อไปอาจจะไม่มี ตอนนี้อะไรๆ ยังเป็นของเราอยู่ ต่อไปมันจะจากเราไป รีบฝึกฝน เพื่อรู้ข้อเท็จจริงอันนี้ จะได้ไม่หลงมัน จะได้ไม่ยึดติดมัน เมื่อมันแตกทำลายไปตามธรรมดาของมัน ก็จะได้ไม่เศร้าโศก

เสียใจในภายหลัง จนกระทั่งอยู่เหนือโลก พ้นจาก
โลกไปได้



อ.สุภีร์ ทุมทอง



ข้อที่ ๗
โยนิโสมนสิการสัมปทา
ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ

โยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจสนใจโดยถูกต้อง ถูกตามหลักการ ถูกกับเหตุผล ถูกอุบาย ถูกวิธีการ ถูกตรงตามที่มันเป็นจริง ถูกตามหลักการที่พระพุทธเจ้าสอนเอาไว้ ถูกตามแง่มุมที่จะทำให้เกิดกุศลขั้นต่างๆ จนเกิดปัญญาเห็นความจริง แล้วก็ทิ้งสิ่งต่างๆ ไปได้ ได้สิ่งที่เป็นแก่นสารอย่างแท้จริง

สิ่งที่เป็นแก่นสารอย่างแท้จริง คือ ความหลุดพ้นจากสิ่งทั้งปวง ฉะนั้น โยนิโสมนสิการที่แท้จริงในที่นี้ คือ การมองในแง่มุมที่ทำให้เกิดปัญญาให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องตรงตามที่เป็นจริง โดย

เริ่มจากมองในแง่มุมที่จะเกิดสติสัมปชัญญะ เกิดความไม่ประมาท เกิดกุศล เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา นี้ก็เป็นส่วนของโยนิโสมนสิการทั้งนั้น

การมองในแง่มุมที่ถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริง ก็คล้ายๆ กับเราจับวัตถุชิ้นหนึ่งมา **จับมาดู มองมุมนั้นมุมนี้ พิจารณาเห็นความจริงของมัน รู้คุณ รู้โทษ รู้วิธีการอยู่เหนือมัน แล้วก็ปล่อยไป**

สภาวะอะไรก็ตามที่เกิดขึ้น ไม่ใช่ให้เราไปวิ่งหนีมันหรือไปตะครุบมันไว้ ไม่ใช่ไปทำวนเวียนอย่างนั้น แต่เราจับมา จับมาดู ไม่ใช่จับมายึดนะ จับมาแล้วก็มองดู มองแง่นั้นแง่นี้ เสร็จแล้วก็วางมันลงไป อันใหม่เกิดขึ้นอีก ก็จับมาเหมือนกัน จับมาแล้วก็มองดู มองแง่นั้นแง่นี้ แล้วก็ปล่อยไป

สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในกายในใจเรา นี้ก็เหมือนกันนะ ความสุขเกิดขึ้นก็จับมันมาดู ดูให้รู้

ว่า โอ้... นี่มันสุข แล้วก็มองดู มันมีลักษณะอย่างนี้ เราเรียกมันว่าสุข มันเที่ยงไหม มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์หรือว่าสุข มันเป็นทุกข์ มันเป็นตัวตนหรือเปล่า บังคับได้หรือเปล่า ค่อยๆ มองไป ความทุกข์เกิดขึ้นก็จับมามองดู มองแล้วก็ปล่อยไป สภาวะหรือปรากฏการณ์ทั้งหมดทั้งมวลนั่นแหละ ท่านก็พิจารณาดู อย่าจับมายึดนะ ไม่ใช่จับมายึดจนตัวเองเป็นทุกข์ไปกับมัน เครียดไปกับมัน ไม่ใช่อย่างนั้นนะ จับมาศึกษา มองดู มองแง่นั้นแง่นี้ แล้วก็ปล่อยไป อีกเหตุการณ์หนึ่งก็จับมา จับมาแล้วก็ศึกษา มองดูให้เห็นความจริง แล้วก็ปล่อยไป อย่างนี้ท่านเรียกว่าโยนิโสมนสิการ

ไม่ใช่ปล่อยสิ่งนั้นให้มันมาแล้วก็ไปเฉยๆ แบบนั้นมันไม่ได้ความรู้อะไร มันเกิดขึ้น เราไม่ปล่อยมันไปเฉยๆ จับมาเหมือนกัน แต่ไม่ใช่จับมายึด จับมาดู ดูแล้วก็ปล่อย อันนี้เรียกว่าโยนิโส

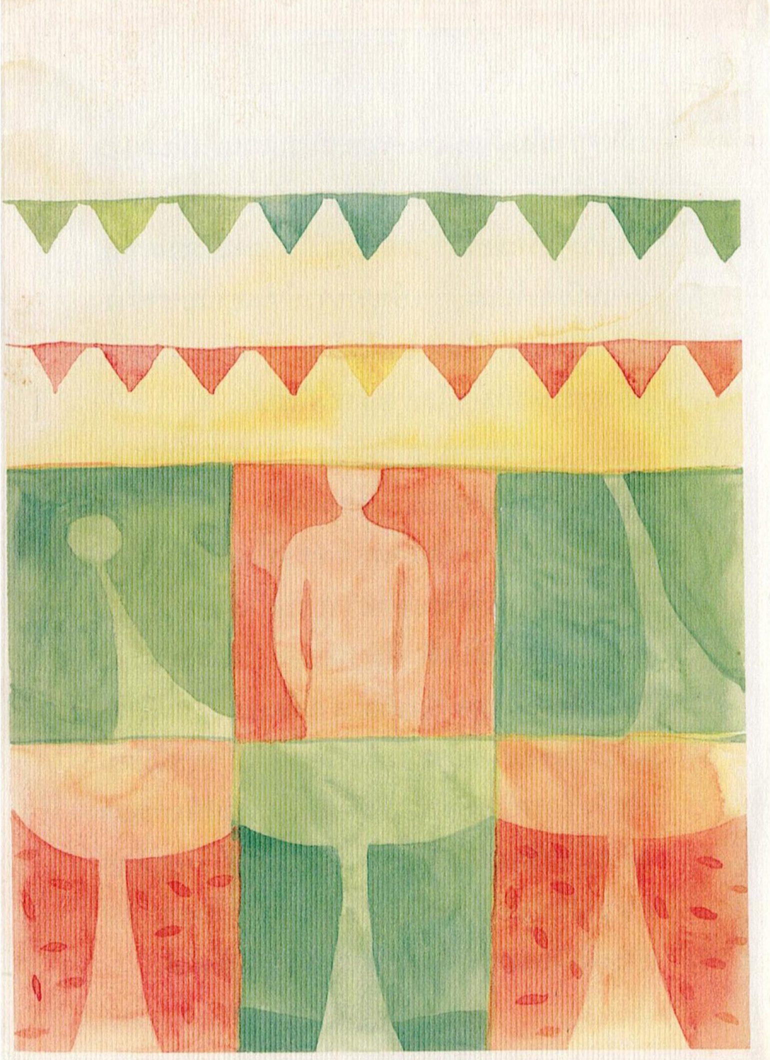
มนสิการ ซึ่งมีเยอะแยะหลากหลายวิธีการ แล้วแต่มองในแง่มุมไหนก็ได้ ที่ทำให้เกิดสติ เกิดปัญญา เกิดความเห็นแจ้งตามที่มันเป็นจริง

สมมติว่า มีคนมานินทาท่านแล้ว ท่านไม่ชอบใจ อย่างนี้จะมองอย่างไรดี จึงจะเป็นโยนิโสมนสิการ มองได้หลายอย่าง ขอให้มันถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริง เกิดปัญญาก็ใช้ได้ ถ้ามองว่าไอ้หมอนั่น มันเลว ไม่ดี ไม่น่ามานินทาเราเลย อย่างนี้ก็กลายเป็น**อโยนิโสมนสิการ** เป็นการยึดถือทำให้ตนเองเกิดอกุศล ไปเกลียดคนอื่น

แต่ถ้ามองตามที่มันเป็นจริง คนอื่นนินทาเรา เราไม่สบายใจ มองว่า อ้าว ตอนนี้มันไม่สบายใจ เมื่อกี้มันยังดีๆ อยู่เลย ตอนนี้ไม่สบายใจ ใจเปลี่ยนไปจากเดิมแล้ว มองดูสักหน่อย มันก็หายไปแล้ว นี้เป็นมุมมองที่จะทำให้เกิดสติสัมปชัญญะว่า **แต่เดิมมันไม่มี แล้วมามีขึ้น แล้วไปสู่ความไม่มี**

เห็นความไม่เที่ยง เห็นความแปรปรวน เห็นความบังคับไม่ได้ เห็นความเป็นธรรมดาของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง หรือมองว่า เออ เรานี่ก็เป็นคนธรรมดากับเขาเหมือนกันนะ ยังถูกชาวบ้านเขานินทาบ้าง เพราะคนไม่ถูกนินทาไม่มีในโลก เห็นความเป็นของธรรมดาที่อยู่คู่โลก อย่างนี้ก็ใช้ได้

ความจริงมันเป็นยังไง เราก็มองให้ถูกแง่มุมของมัน แง่มุมใด แง่มุมหนึ่ง ก็เป็นโยนิโสมนสิการทั้งนั้น นี่เป็นบุพพนิมิตข้อที่ ๗ ที่เป็นเครื่องหมายของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค เราทั้งหลายก็ไปฝึกฝนนะ ให้มีสติ สัมปชัญญะ ให้มีความรู้ตัวในการทำ การพูด การคิด ตามที่ผมเคยแนะนำไปแล้วนั่นแหละ แล้วลองพิจารณาดูว่ามีบุพพนิมิตนี้เกิดขึ้นบ้างหรือเปล่า **ถ้ายังไม่มีก็เอาไปพิจารณาแล้วเพียรฝึกฝนให้มีขึ้น ถ้ามีอยู่แล้ว ก็ให้อยู่ด้วยความปราโมทย์และปีติ ฝึกฝนต่อไปเรื่อยๆ จนกระทั่งเต็มสมบูรณ์ อริยมรรคก็จะเกิดขึ้นได้**



วันนี้ ได้กล่าวถึงธรรมะ ๗ ประการ ซึ่งเป็นบุพพนิมิตของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค จะขอสรุปย่อๆ อีกครั้งหนึ่ง

ข้อที่ ๑ กัลยาณมิตตตา

ความเป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีคนคุ้นเคยที่ดี ไว้ใจได้ คือ พระพุทธเจ้า คนอื่นอย่าไปไว้ใจนะ ให้ไว้ใจพระพุทธเจ้าก็พอ

ข้อที่ ๒ สีลสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยศีล มีจิตที่เป็นปกติ สามารถละทุจริตประการต่างๆ ได้ เป็นพื้นฐานของคุณธรรมอื่นๆ

ข้อที่ ๓ ฉันทสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยความพอใจ มีความพอใจในการทำเหตุ มีความสุขในในสิ่งที่เกิดขึ้น แล้วก็เอาสิ่งนั้นเป็นเครื่องมือศึกษาเรียนรู้ต่อไป ทำให้มันดีขึ้น พัฒนาขึ้นไปกว่าเดิมนั้น

ข้อที่ ๔ อัตตสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยความรู้สึกว่าตัวเราหรือจิตนี้สามารถฝึกฝนได้ แต่เดิมมีทุกข์มาก ฝึกฝนให้ทุกข์น้อยลงได้ จนกระทั่งถึงความพ้นทุกข์ได้ ตอนนี้มีกิเลสเยอะ ง่วงเหงา เศร้าซึม แต่ให้เชื่อมั่นว่า ถ้าฝึกฝนให้มีสติสัมปชัญญะมากขึ้น อาการเหล่านี้จะหายไปได้ แต่เดิมความทุกข์ครอบงำมาก ก็ให้มีความเชื่อมั่นว่า ความทุกข์นั้นมันไม่ได้มีตัวมีตน ไม่ได้เป็นธรรมชาติของจิต จิตนั้นเป็นของผ่องใส ความทุกข์นั้นเป็นอุปกิเลสที่จรเข้ามาเป็นครั้งๆ เท่านั้นเอง สามารถฝึกฝนป้องกันและทำให้หมดไปได้

ข้อที่ ๕ ทิฏฐิสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยความเห็นที่ถูกต้อง เห็นสอดคล้องกับความเป็นจริง สิ่งที่ถูกต้องก็ฟังจากพระพุทธเจ้านี่แหละ ฟังแล้วก็เอาไปพิจารณา

ไปหัดฝึกฝน ไปลองสังเกตดู จนกระทั่งเกิดปัญญาเป็นของตนเอง พอเกิดปัญญาเป็นของตนเองแล้วการกระทำอะไรต่างๆ ก็จะทำอย่างอิสระ ให้ทานก็เพราะว่ามันเป็นเรื่องถูกต้อง ให้ได้จึงได้ให้ ถ้ายังให้ไม่ได้ก็ยังไม่ได้ให้ ไม่มีเรื่องขลัง ศักดิ์สิทธิ์ ได้บุญมาก ได้บุญน้อย มาหลอกลวงตนเอง ทำสิ่งต่างๆ ด้วยปัญญา เห็นตรงตามเหตุผลของธรรมะ เหมาะสมจึงทำ ไม่เหมาะสมก็ไม่ทำ ไม่ดีก็เว้นไป ดีก็ทำ ไม่ต้องเอาความอยากได้ผลมาบีบคั้นตนเองว่า ต้องทำอันนี้จึงจะได้ผลดี ไม่ต้องวุ่นวายขนาดนั้น

ข้อที่ ๖ อัปปมาทสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท มีสติอยู่เสมอ ไม่หลงลืม ไม่ขาดสติ ไม่มัวเมาเลินเล่อไป ไม่หลงลืมแก่ ไม่หลงลืมตาย เห็นคุณค่าของเวลา ไม่ปล่อยเวลาและโอกาสให้หมดโดยเปล่าประโยชน์ รีบฝึกฝนเพื่อให้ถึงสิ่งที่ยังไม่ถึง เพื่อให้

บรรลุสิ่งที่ยังไม่ได้บรรลุ เพื่อกระทำให้แจ้งสิ่งที่ยังไม่ได้กระทำให้แจ้ง ตักเตือนตนเองอยู่เสมอว่า บัดนี้เรากำลังทำอะไรอยู่ ได้ทำสิ่งที่ควรรีบทำแล้วหรือยัง

ข้อที่ ๗ โยนิโสมนสิการสัมปทา

ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ คือการใส่ใจที่ถูกต้อง ใส่ใจให้เกิดสติ เกิดสัมปชัญญะ เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา ถูกอุบายในการที่จะทำให้เห็นความจริงได้

ทั้ง ๗ ข้อนี้ เป็นบุพพนิมิตแห่งการเกิดขึ้นของอริยมรรค หรือทำให้อริยมรรคที่เคยเกิดขึ้นแล้วสมบูรณ์เต็มที่ ถ้าแยกเป็นกลุ่ม ก็มี ๒ กลุ่มหลักๆ คือ เหตุภายนอกและเหตุภายใน

เหตุภายนอก คือ กัลยาณมิตตตา ความเป็นผู้มีมิตรที่ดี มีสหายดี มีคนรู้จักที่ไว้ใจได้ คือพระพุทธเจ้า นี้เป็นเหตุภายนอก เราเข้าไปหา

พระพุทธเจ้า เข้าไปเรียนรู้ เข้าไปฟัง พอได้ยินได้ฟังแล้ว ก็จำเอาไว้ เอามาฝึกฝน ให้มีเหตุภายใน

เหตุภายในมี ๖ ข้อ เริ่มตั้งแต่ข้อที่ ๒ ถึงข้อที่ ๗ คือ สีลสัมปทา ฉันทสัมปทา อัตตสัมปทา ทิฏฐิสัมปทา อัปปมาทสัมปทา และโยนิโสมนสิการสัมปทา

๖ ประการนี้เป็นเหตุภายใน ต้องฝึกฝนให้มีขึ้น ถ้าไม่ฝึกก็จะไม่มีขึ้น ไปฟังพระพุทธเจ้ามาแล้ว เรียนรู้มาแล้ว บางคนท่องได้ตั้งเยอะแล้วนะ ท่องเรื่องโน้นเรื่องนี้ได้ แต่ไม่เอามาฝึก พอไม่เอามาฝึกก็ไม่มีศีล ไม่มีฉันทะ ข้ออื่นๆ ก็ไม่มี ไม่เกิดคุณธรรมภายในขึ้นมา จึงต้องเอามาฝึกหัด เอามาใส่ใจให้เกิดขึ้นมาภายในจิต



ตอบ
ปัญหา
ธรรม

คำถาม: ลักษณะของสภาวจิตที่เป็นกลางเป็นอย่างไร

คำตอบ: ลักษณะของสภาวจิตที่เป็นกลางนี้ ท่านกล่าวถึงจิตที่มีความตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ต่างๆ ที่รับรู้ ความเป็นกลางของจิตในตอนต้นนี้ เป็นความตั้งมั่นด้วยสมาธิ จิตชนิดนี้จะไม่มีความหวั่นไหว รัก ชัง หดหู่ เกียจคร้าน ลังเลสงสัย จะเป็นจิตที่มีลักษณะปลอดโปร่ง ตั้งมั่นเป็นตัวของตัวเอง เบา สบาย อ่อนโยน นุ่มนวล และคล่องแคล่ว สามารถนำไปใช้งานต่างๆ ได้ดี จิตนี้สามารถละนิวรณ์ได้

นิวรณ์มีอยู่ ๕ อย่าง คือ ความหลงชอบพอใจ อยากได้ เรียกว่า**กามฉันทนิวรณ์** หลงชังหงุดหงิด ขัดเคืองใจ เรียกว่า**พยาปาทนิวรณ์** ความหดหู่ เซื่องซึม ท้อแท้ ง่วงนอน เรียกว่า **ถีนมิทธนิวรณ์** ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ เรียกว่า **อุทธัจจกุกกุจจนิวรณ์** ความลังเลสงสัยในพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ หรือในข้อปฏิบัติ เรียกว่า**วิจิกิจฉานิวรณ์** เมื่อสามารถละนิวรณ์เหล่านี้ได้ จิตก็ปลอดโปร่ง เบาสบาย ไม่ยินดียินร้าย ไม่หลงรักหลงชัง มีความตั้งมั่นเป็นกลาง นี้เรียกว่า **เป็นกลางด้วยสมาธิ**

เมื่อจิตเป็นสมาธิ มีความตั้งมั่นแล้ว นำมามองดูกายใจและสิ่งต่างๆ ตามที่มันเป็นจริง เห็นว่ามีแต่ของเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เป็นของเป็นทุกข์ เป็นของที่ไม่มีตัวตน ไม่สามารถบังคับไม่ได้ เมื่อรู้เห็นอย่างนี้บ่อยๆ จะเกิดความเบื่อหน่าย ไม่อยากได้

อยากจะพ้นจากโลกไป และรู้วิธีว่าจะพ้นจากมันไปได้ก็ด้วยปัญญาที่แก่กล้า จึงมองดูอยู่เฉยๆ ตามที่มันเป็น ไม่เข้าไปเกี่ยวข้อง นี้เรียกว่าจิตเป็นอุเบกขาในสังขารทั้งหลาย **เป็นกลางด้วยปัญญา** ที่เป็นเป็นกลางลักษณะเช่นนี้ เพราะได้เห็นสิ่งต่างๆ ตามที่มันเป็นจริงแล้ว เห็นว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

คำว่าเป็นกลางหรือว่าเฉยๆนี้ต้องระวังดีๆ บางคนเฉยเมยก็มี เฉยเมยคือไม่สนใจมัน ผมไม่เอาข้างโน้นด้วย ไม่เอาข้างนี้ด้วย ขออยู่เฉยๆ อย่างนี้มันเฉยโง่ ไม่อยากจะรับรู้อะไร ไม่ได้เฉยด้วยสมาธิหรือเฉยด้วยปัญญา ถ้าเฉยด้วยสมาธิข้างโน้นก็รับรู้แต่ใจเป็นกลางไม่หลงรักไม่หลงชังข้างนี้ก็รับรู้แต่ใจเป็นกลางไม่หลงรักไม่หลงชัง ทีนี้พอเห็นความจริงของทั้งสองข้างนั้นว่า ล้วนแต่เป็นของไร้แก่นสาร มีแต่ของไม่แน่ไม่นอน ก็วางเฉยด้วยปัญญาอีกชั้นหนึ่ง

คำถาม: จิตเป็นกลางจะเกิดกับปุถุชนคนธรรมดาทั่วๆ ไป หรือระดับบุคคลที่เป็นอริยเจ้าเท่านั้น

คำตอบ: เกิดได้กับทั้ง ๒ บุคคล พระอริยเจ้าโดยส่วนใหญ่จะอยู่ด้วยจิตที่ตั้งมั่นเป็นกลาง โดยเฉพาะพระอนาคามีขึ้นไป ท่านมีสมาธิที่สมบูรณ์แล้ว จิตของท่านก็เป็นจิตที่เป็นกลางอยู่เสมอ ส่วนอริยบุคคลขั้นต้น พระโสดาบัน พระสกทาคามี ท่านยังสมาธิไม่สมบูรณ์ ก็จะมีหวั่นไหวได้บ้าง ตอนที่ขาดสติ หรือตอนที่มีอารมณ์รุนแรงกระทบเอา

ส่วนปุถุชนทั้งหลายก็แล้วแต่ว่าได้ฝึกจิตมามากน้อยอย่างไร ถ้าไม่ได้ฝึกจิตเลย คงหาจิตเป็นกลางยากมาก คงหลงวนเวียนอยู่กับ ดี ชั่ว ถูก ผิด หลงรัก หลงชัง ไปเรื่อยๆ ดังนั้น ต้องฝึกให้มีสติมีสัมปชัญญะดีๆ มีความรู้ตัวอยู่เสมอ ละทุจริตไปให้ได้เสียก่อน ให้เป็นผู้มีศีล รู้ทันความคิด รู้ทันความรู้สึกของตนเอง เจตนาไหนที่ไม่ดี เห็นแล้วก็ให้งด

เว้น ไม่หลงทำตามมัน พอมีศีลแล้ว ก็ฝึกให้มีสติสัมปชัญญะต่อไปอีก รู้ทันความยินดีความยินร้าย และรู้จักสภาวะอะไรต่างๆ ที่เกิดขึ้น ตรงจุดนี้แหละ จิตจะเป็นกลางตั้งมั่นขึ้นมาได้ ใครต้องการให้ตั้งมั่นแนบแน่นก็ฝึกเอา

จิตเป็นกลางนี้เกิดกับปุถุชนธรรมดาก็ได้ เกิดกับพระอริยเจ้าก็ได้ ผู้ที่มีจิตเป็นกลางอย่างสมบูรณ์ที่สุดก็คือพระอรหันต์ ท่านเรียกว่า ฉฬังคุเบกขา มีอุเบกขาในอารมณ์ที่รับรู้ทางทวารทั้ง ๖ อารมณ์มาปรากฏทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ท่านก็ไม่ชอบ ไม่ชัง ไม่เกิดความยินดียินร้าย ท่านมีปัญญา ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลกแล้ว

คำถาม: การปกปิดความจริงและการไม่พูดตรงกับความจริงเพื่อให้ผู้อื่นสบายใจ เป็นการกระทำผิดศีลข้อ ๔ หรือไม่

คำตอบ: การปกปิดความจริงยังไม่ผิดศีลเพราะว่ายังไม่ได้พูด ศีลนี้ดูตอนที่มีเจตนาทำออกมาด้านกายด้านวาจา ท่านปกปิดเอาไว้ ยังไม่ได้พูด ยังไม่ผิดศีลอะไร

การพูดที่ไม่ตรงกับความจริง ความจริงเป็นอย่างหนึ่ง ท่านรู้ว่าความจริงเป็นอย่างนี้ แล้วมีเจตนาพูดให้คลาดเคลื่อนจากความจริง คนอื่นฟังแล้วเชื่อ อันนี้ผิดศีล ข้อที่ ๔

เรื่องนั้นไม่จริง ท่านรู้ด้วยว่าเรื่องไม่จริง ท่านมีเจตนาจะพูดเรื่องนั้น พูดแล้วคนอื่นได้ฟังแล้วเชื่อ อย่างนี้ครบลักษณะมุสาวาท ฉะนั้น การปกปิดความจริง ยังไม่เป็นมุสาวาท ส่วนการพูดไม่ตรงตามความเป็นจริง เป็นการผิดศีลข้อที่ ๔ คนอื่น

สบายใจหรือไม่สบายใจอันนี้ไม่เกี่ยว

ถึงจะอยากให้คนอื่นสบายใจ ก็ต้องพูดในสิ่งที่มันเป็นจริงนะครับ ถ้าพูดไม่ตรงกับความเป็นจริงก็เป็นมุสาวาททั้งนั้นแหละ ถ้าพูดเรื่องไหนแล้วกลัวว่าเขาจะไม่สบายใจ ก็อย่าเพิ่งพูด ไม่พูดก็ยังไม่เป็นไร ไม่บอกความจริงก็ได้ เพราะยังไม่ถึงเวลา หรือบอกแล้ว กลัวเขาจะหัวใจวายไปเสียก่อน อย่างนี้ยังไม่บอกก็ได้

ความจริงแล้ว ถ้ามีโอกาสควรจะบอกความจริงแก่กันและกัน ส่วนใหญ่เราทั้งหลายชอบคิดว่า หากบอกความจริงแล้ว กลัวคนอื่นจะรับไม่ได้ ความจริงนั้นบางทีก็ทำให้เจ็บปวดบ้าง แต่อย่างน้อยก็ได้รู้ความจริง จะได้ยอมรับหรือแก้ไขให้มันถูกต้อง อันนี้ท่านก็ดูเอาตามสมควรก็แล้วกันนะ อย่าไปทำผิดศีลก็แล้วกัน

คำถาม: อานิสงส์ของการสวดมนต์เป็นอย่างไร

คำตอบ: อานิสงส์ข้อแรกคือ ได้สวดครับ ปกติท่านทำอย่างอื่นอยู่ ทำนั่นทำนี่เยอะแยะก็ไม่มีโอกาสได้สวด ทีนี้ ท่านถือหนังสือสวดมนต์ขึ้นมา ได้อ่านได้สวด อันนี้มีอานิสงส์แล้ว คือ ได้อ่าน ได้สวด ดีกว่าไปอ่านหนังสือพิมพ์หรือไปร้องเพลงเยอะ

ส่วนอานิสงส์ข้ออื่นๆ ไม่รู้ว่าสวดแล้วจะได้หรือเปล่า เวลาสวดตั้งใจมั่นจดจ่อ ก็ทำให้จิตไม่ฟุ้งซ่านเป็นสมาธิดี ได้นึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นการเจริญพุทธานุสติ ธรรมานุสติ สังฆานุสติ สวดแล้วได้เข้าใจคำสอนของพระพุทธเจ้า ทำให้ไม่ประมาท ไม่หลงลืม ทำให้เกิดสติ เกิดสัมปชัญญะ เกิดสมาธิ เกิดปัญญา อันนี้เป็นเรื่องของแต่ละท่านไป บางท่านยิ่งสวดก็ยิ่งเครียดหนักกว่าเดิม เพราะคำสวดเป็นคำบาลีไม่เคยอ่าน อ่านไม่ค่อยรู้เรื่อง บางท่านสวดให้ขลัง

ให้ศักดิ์สิทธิ์ ให้เป็นมงคล ให้โรคหายภัย อะไรต่างๆ ทำแบบหลงๆ ไปอย่างนี้ก็มี

ดังนั้น อานิสงส์ที่พอเห็นได้จริงๆ คือ ได้สวด ไม่เคยสวดก็จะได้สวด ถ้าเคยสวดแล้ว การสวดครั้งนี้ก็จะเพิ่มทักษะความชำนาญในการสวดให้มากขึ้น ต่อไปก็ช่วยให้จำได้คล่องปาก แม้ไม่ดูหนังสือ ก็ยังสวดได้ ส่วนอานิสงส์อื่นๆ ทำให้ได้สติ ได้สัมปชัญญะ ได้ศีล ได้สมาธิ ได้ปัญญา นั้นเป็นส่วนตัวของท่าน ท่านก็จะรู้ด้วยตัวของท่านเอง เหมือนอย่างท่านมาฟังธรรมนี้ ฟังได้อานิสงส์อะไรละ ก็ได้ฟัง ที่เห็นๆ มันมีอยู่เท่านี้ ส่วนฟังแล้วเข้าใจ มีปีติปลาบปลื้ม อันนี้เป็นเรื่องมาทีหลัง มาที่นี่แล้วได้อานิสงส์อะไร ก็ได้มา ได้ฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ นานา กว่าจะมาถึงนี่ได้ ได้มีจิตใจเข้มแข็ง เป็นต้น

คำถาม: ทุกวันนี้บ้านเมืองวุ่นวาย ผมอยากให้อาจารย์สอนธรรมะให้แก่ม๊อบ เผื่อบ้านเมืองจะได้สงบสุขเสียที

คำตอบ: เอาละ บ้านเมืองวุ่นวาย ผมจะสอนธรรมะแก่ท่านทั้งหลายที่มานั่งรวมกัน อยู่ที่นี่ ไม่ใช่ม๊อบโน้นหรอก ให้ท่านทั้งหลายคำนึงถึงผลประโยชน์ตนเอาไว้เยอะๆ อย่าให้ประโยชน์ตนเสียไป ประโยชน์ตนที่เราควรจะได้ คือ ได้ฟังความจริง แล้วก็นำสิ่งที่ได้ฟังนั้นไปฝึกฝน ให้ได้รับสิ่งที่เป็นประโยชน์ ได้ศีล ได้สมาธิ ได้ปัญญา ได้มองเห็นความจริง ได้ใช้สิทธิ์อันชอบธรรมที่ท่านได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ได้พบพระพุทธศาสนา คือ ความเป็นอิสระ

สิทธิ์อันชอบธรรมของท่านทั้งหลายนี้ ไม่ใช่ว่าท่านได้เกิดมาแล้วท่านจะได้ครอบครองนั่นครอบครองนี่เยอะๆ ผมมีสิทธิ์ครอบครองสิ่งนั้นสิ่ง

นี้ มีสิทธิ์ครอบครองอำนาจ ที่ดิน เขาว่ากันไปอย่างนั้น อย่างนี้มันมั่วไป มันไม่รู้เรื่อง **สิทธิ์อันเดียวที่เราควรได้รับ เมื่อเกิดเป็นมนุษย์ก็คือความหลุดพ้น เป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง** ทุกคนมีสิทธิ์จะได้สิ่งนี้ ส่วนที่ว่ามีสิทธิ์จะได้ครอบครองแก้วแหวนเงินทอง ครอบครองแผ่นดิน มีชื่อเสียง มีอำนาจอย่างนั้น คงตายเปล่า ไม่มีใครมีสิทธิ์เอาอะไรอย่างนั้นไปด้วยได้

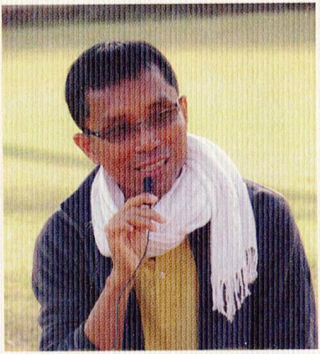
สิทธิ์ที่เราควรจะได้ คือ ความหลุดพ้นจากสิ่งต่างๆ เรามาใช้ชีวิตในโลกนี้ เรามีรถยนต์ เรามีสิทธ์ที่จะเป็นอิสระจากมันได้ ไม่ต้องถูกมันครอบงำ เรามีสามี เรามีสิทธิ์ที่อิสระจากเขาได้ เรามีสิทธิ์ที่จะไปครอบครองเขาไว้ตลอดไปไหม ไม่ได้ เพราะขนาดตัวเราเอง ยังครอบครองตัวเองไม่ได้เลย แต่เรามีสิทธิ์ที่จะอิสระจากเขาได้

แต่เราทั้งหลายใช้สิทธิ์ยังไงกันบ้าง ใช้สิทธิ์

ในการครอบครอง โอ...อันนี้มั่วไป มันเป็นไปไม่ได้ ไร้แก่นสารมาก เราไม่มีสิทธิ์จะเอาไปได้ แม้แต่ต้นไม้ใบหญ้า ก็ไม่มีสิทธิ์จะเอาไป ไม่มีสิทธิ์ครอบครองเป็นเจ้าของ เราไปเรียกร้องสิทธิ์ เอาโน่น เอานี่ จึงตายเปล่าเท่านั้นแหละ สิทธิ์ที่เราควรจะได้ เมื่อมาในโลกนี้ คือ **ความหลุดพ้น** ทุกคนมีสิทธิ์นี้เท่าเทียมกัน อยู่ที่จะฝึกฝนให้เต็มกำลังแล้วรับไปหรือเปล่า นี้คือธรรมะอันเป็นแก่นสารที่แท้จริง

ดังนั้นเราต้องรู้จักแก่นสารของสิ่งทั้งหลาย ประโยชน์อย่างแท้จริงคือความหลุดพ้น พระพุทธเจ้าตรัสว่า **ธรรมะทั้งหลายทั้งปวงนั้นมีความหลุดพ้นเป็นแก่นสาร** เรามาอยู่ในโลกนี้ต้องให้ได้แก่นสารไวๆ ให้ได้รับประโยชน์ตนไวๆ เมื่อได้รับประโยชน์ตนเองแล้ว จะได้ช่วยเหลือคนอื่นได้ด้วยตามสมควรต่อไป

วันนี้สมควรแก่เวลาเท่านี้ครับ อนุโมทนาทุกท่าน



ประวัติ

อาจารย์สุภีร์ ทุมทอง

วันเดือนปีเกิด: วันที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๑๕

ที่อยู่: บ้านหนองฮะ ต.หนองฮะ อ.สำโรงทาบ จ.สุรินทร์

การศึกษา

- เปรียญธรรม ๔ ประโยค
- ประกาศนียบัตรบาลีใหญ่ วัดท่ามะโอ จ.ลำปาง
- ปริญญาตรี วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรมไฟฟ้า มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- ปริญญาโท พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

งานปัจจุบัน

- อาจารย์สอนพิเศษปริญญาตรี วิชาพระอภิธรรมปิฎก มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส จ.นครปฐม
- บรรยายธรรมะตามสถานที่ต่างๆ ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด
- เผยแผ่ธรรมะทางเว็บไซต์ www.ajsupee.com

ธรรมะ ๗ อย่างนี้ ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า
เป็นบุพพนิมิตของการเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค
อุปมาเหมือนกับในฟากฟ้าด้านทิศตะวันออก
เวลาที่ดวงอาทิตย์จะเกิดขึ้น
จะมีแสงเงินแสงทองเป็นบุพพนิมิตมาก่อน
ฉันใดก็ฉันนั้น

